HOFFMAN, Georg Friedr.

BEANTWOORDING

DER VRAAGE:

HOE KUNNEN VROUWEN, ZONDER BENADELING HAARER GEZONDHEID EN SCHOONHEID, BLYDE MOEDERS VAN GEZONDE KINDEREN WORDEN?

DOOR

G. F. HOFFMAN,

Med. Doctor enz. te Frankfort aan den Main.

UIT HET HOOGDUITSCH VERTAALD EN MET AANMERKINGEN VERMEERDERD,

DOOR

DAVID HEILBRON, CZ.

Med. Doctor enz. in 's Hage.

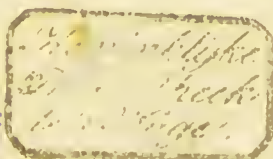


IN 's GRAVENHAGE,

By J. C. LEEUWESTYN.

M. DCC. XCI.







VOORREDEN

VAN DEN

VERTAALER.

Dezelfde beweegredenen, welken den Heer HOFFMAN aanſpoorden tot het ſchryven van dit werkje, zyn ook de waare dryfveeren myner vertaling van hetzelve. — Het voornaamſte en grootſte doelwit van den ſchryver was (zo als uit desſelfs inleiding en het werkje zelve blykt) de veelerlei gevaarlyke klippen, die in eene zwangerheid plaats kunnen hebben, en veelal uit onbedrevenheid, vooroordeel, verkeerd vertrouwen enz. voordſpruiten, te leeren kennen en vermyden, en, zo doende, de veelvuldige onaangenaame omſtandigheden, waarin zwangere vrouwen en haare vrucht dikwerf gebragt worden, voor te komen. — Daar nu alle de zo evengemelde ſchadelyke bronnen in ons gemeenebest, even zo weinig vreemde verſchynſelen zyn als elders, en men er ook dagelyks de kwade gevolgen van ondervind, zal niemand het, myns bedunkens, kunnen wraken, dat ik my wel heb willen verledigen, om dit werkje in een

Nederduitsch gewaad te ſteeken, in verwagting van hier door onze Hollandſche vrouwen ook in ſtaat te ſtellen, om het nodige in haare zwangerheid in agt te kunnen nemen, de veele ingeſlopen en teffens zeer ſchadelyke misbruiken te leeren vermyden, en eindelyk om, met onzen ſchryver, te zeggen: *blyde moeders van gezonde kinderen te kunnen worden.*

Ik heb dit werkje boven anderen van dien aart verkozen, om dat het niet alleen niets dan waarheid behelst, en op eene eenvoudige wyze geſchreven, maar ook met geene opgeſmukte geleerdheid, noch wydlopige ſtellingen, noch geneeskundige *recepten* opgevuld is; want ſchoon deze laatstgemelde gapingen in geneeskundige ſchriften, die alleen voor geneesheeren geſchikt zyn, van veel belang zouden zyn, en dezelven gebrekkig zouden maken, hebben zy echter in dit en in het algemeen in zogenoemde geneeskundige volksſchriften zeer veel nut, om dat juist hier door den weg tot dwaling afgeſneden en verdere kwaade gevolgen voorgekomen worden, die het lezen van zodanige geleerdſchynende ſchriften natuurlyk moeten veroorzaken.

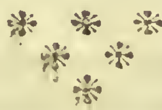
Te meer heb ik my in myne denkbeelden, betreffende dit boekje, bevestigd gezien, zo door de graagte, waarmede hetzelve door geheel Duitschland ontvangen is, zo dat reeds eerstdaags eene tweede uitgave ſtaat uittekomen, of moge-

lyk nu reeds zal in het licht verſchenen zyn; als ook (en welk myns bedunkens van veel meer gewigt is) door de gunstige beöordeling van hetzelve in de Hoogduitſche Journalen, wordende het daarin als zeer nuttig en zeer geſchikt ter bereiking van desſelfs doeleinde beſchouwd. —— Een grondig gebrek is er nogthans aangemerkt, dat in zodanig nuttig werkje namelyk een hoofddeel *over het zelfzogen* ontbrak; dan de ſchryver, aan wien ik deze gaping te kennen gaf, vond deze aanmerking zo gegrond, dat hy my een geheel hoofddeel over dit onderwerp (welk eigentlyk voor een volgend werkje geſchikt was) ter hand ſtelde, en welk hier ook de *Dertiende Afdeeling* uitmaakt (*).

Meer van dit werkje te zeggen agte ik overtollig, en vooral daar den ſchryver zelf eene zo fraaije als uitgebreide inleiding vooraf heeft laten gaan. Wat myne vertaling betreft; ik heb getragt zo veel mogelyk duidelyk en verſtaanbaar te wezen; ik heb ook op ſommige plaatſen eenige aanmerkingen, met *a b c* getekend, er bygevoegd, die echter wel verre van geleerd te zyn, alleen zaken behelzen, die of tot ons vaderland in het byzonder eenige betrekking hebben, of het gezegde van den ſchryver eenigzints ophelderen; had ik anders gehandeld, dan zou ik te-

(*) In de tweede Hoogduitſche uitgave zal men dit hoofddeel ook geplaatst vinden.

gens den wil van den fchryver en de eigentlyke bedoeling van dit fchrift te werk gegaan hebben. — Myn wensch is nu alleen, dat de gevolgen aan myne pogingen mogen beantwoorden, dan zal ik ook myne moeite volkomen beloond agten, en eene vertaling van een tweede werkje, waarvan de fchryver op het einde van zyne laatfte afdeling gewag maakt, het licht doen zien.



INHOUD.



INLEIDING.

Geen toeſtand verdient zeker meer oplettendheid en bezorgdheid dan die van het ſchoon geſlacht, in welken de ſtaat eenen nieuwen waereld-burger van hetzelve te wagten heeft. Maar nimmer zyn ook deszelfs pligten omtrent zichzelven en den ſtaat grooter en gewigtiger, dan juist in dezen tyd. Reeds de oudſte volken leveren ons de ſchoonſte voorbeelden van den algemeenen eerbied voor dezen toeſtand. Het vrouwlyk geſlacht genoot alsdan vryheden, waar.

van alle anderen verstoken waren. Iedere zwangere, werd door de oude koningen van Persiën met een dubbel gouden muntstuk begiftigd. De Atheners hadden zelfs eene wet, welke moordenaars verschoonde, wanneer zy hunne toevlugt by eene zwangere namen, en dezelve op hunne vlucht bereikten. Ook reeds by de Duitschers mogten de zwangere vrouwen niet eens in oorlogstyd vyandlyk behandeld, noch veel minder beroofd worden. Wanneer te Rome by het ontmoeten van een' magistraatspersoon een ieder verpligt werd, voor het nors geroep der vooruitgaande dienaaren uit den weg te gaan en plaats te maken, kon nogthans eene getrouwde vrouw, en zelfs haar echtgenoot, wanneer hy naast haar zat, ongehinderd voorby ryden, ten einde zy door geen dwang of stoot mogte beledigd worden. —— De Romeinen verboden niet alleen, gelyk de Raad van Athenen, de zwaerdstraf of alle andere soort van doodstraf eener zwangere tot na haare bevalling, maar zelfs alle soort van onderzoek of verhoor van zwangeren, ook mogten zy, als zy op het laatste haarer zwangerheid waren, noch tot het geven van getuigenis, noch tot het eedzweren voor het gerecht geroepen worden, maar het gerecht moest zich, des noods, by haar aan huis bege-

ven. Die by de Oosterlingen eene zwangere vrouw durft beledigen, zegt BALLEXERD, word als een monster beschouwd, het welk men moet verdelgen, en die haar niet met de tederste achting bejegent, verzuimt eene godsdienstige pligtsbetrachting, welke zy met de grootste zorgvuldigheid in agt nemen. De Jooden, welken, gelyk men weet, altyd zo streng ten aanzien van hunne wetten waren, veroorloofden hunnen vrouwen, die zich in eenen gezegenden staat bevonden, en zich hier in niet konden overwinnen, dat zy naar welgevallen het verbod overtraden, en verkensvleesch mogten eten. — Ook zyn de zwangeren bevryd van de vasten, welken op byzondere dagen in de roomsche kerk ingevoerd en bevolen zyn, en zy genieten, zo lange deze haare toestand duurt, alle rechten van zieke menschen. —— Wanneer men, gedurende den godsdienst, op zekere tyden, er zeer op gezet is, dat alle aanwezenden zich op hunne kniën werpen, word het geen zwangere vrouw kwalyk genomen, wanneer zy zittende haar gebed doet. — Te Esfingen, in Zwaben, bekomt, na het eindigen van den wynoogst, elke vrouw van den raad der stad ééne, doch elke zwangere twee maaten wyns tot een geschenk. En op alle plaat-

zen, waar eene goede policie is, zegt de heer FRANK, is dezelve voor deze zeer noodzaakelyke klasse van menschen waakzaam, en wend al haare zorg aan, dat, zo veel mogelyk is, alle zelfs minder in het oog vallende voorwerpen, door welken het grote werk der voordteling onzer nakomelingschap en de bevolking zouden kunnen verzwakken, of zelfs verstikken, verwyderd worden; zy tragt de gevaaren, welken moeder of kind, of beiden te gelyk dreigen, met dadelyke vaderlyke zorg aftewenden, ten einde elke met eene lichaamsvrucht gezegende burgeres, vrolyk en met eene troostlyke zekerheid haar doel moge bereiken. —— Met één woord, elke overheid maakt het zich tot eenen plicht, alles te verwyderen, wat zwangere vrouwen nadeel zou kunnen toebrengen, en ook den keem eens menschen als geen leevenloos deel der maatschappy te beschouwen, welke eene billyke aanspraak kan maken op de bescherming, die de staat aan elk menschlyk schepzel verschuldigd is. — En een ieder, die eene goede opvoeding heeft en zelfs eene goede levenswyze leid, is van zyne jeugd af gewend, eerbied voor zwangere vrouwen te hebben, en alles te verwyderen, wat de rust van eene zwangere vrouw kan storen, en haar integendeel zo veel

mogelyk in alles te behagen. — De tuinier is bezorgd, de eerſte vruchten van eenen jongen boom aan eene zwangere aan te bieden, en verwagt van deze gedienstigheid alle mogelyke vruchtbaarheid voor zynen jongen ſtam. — Een ieder wykt op den weg voor eene gezegende vrouw, en wanneer dezelve door eenig toeval verrast word, bied men zich aan, haar te geleiden, en indien het mogt gebeuren, dat zy op de ſtraat eens door barensweeën of eenig ander toeval overvallen wierd, is een ieder gereed, haar in zyn huis te nemen, en dadelyke liefderyke hulp toetebrengen. — In alle openbaare gelegenheden gaan zy billyk voor alle anderen van gelyken rang, die niet zwanger zyn. Men tragt haar op alle plaatzen van haar verblyf alle mogelyk gemak te bezorgen, men komt al haare wenſchen te gemoet, neemt haar alle moeilyke bezigheid af, is dag en nagt gereed, alle ander werk ter zyde te ſtellen, ten einde haar, wanneer zy roepen, byteſpringen enz. Met één woord, de toeſtand van eene zwangere vrouw boezemt, natuurlyk, elk gevoelig hart eenen ſtillen eerbied in, die aan haar lot een wezenlyk deel doet nemen, en tot deszelfs gelukkige beſlisſing ons eene ſoort van geruststellende bevrediging, overlaat.

Maar zy zyn van haaren kant ook dubbel verpligt, in deze voor haar wederzyds welzyn zo allergewigtigste tydstip, zeer waakzaam voor haare gezondheid te zyn, wanneer zy den algemeenen eerbied en voorrang van dezen staat willen verdienen en met regt genieten. En gy, gezegende moeder! zegt derhalven de heer Rahn zo fraai als treflyk, gy zelve zoud voor de vrucht, die gy in uw lichaam voed, de minste tederheid bezitten! — Gy *alleen* zoud onverschillig zyn over derzelver ongehinderden wasdom, over de rust en zekerheid in haare schuilplaats. — Gy zoud het leven *en de gezondheid*, (zo nauw met uw eigen leven en gezondheid verbonden) van een schepzel voor de eeuwigheid geschapen, van een voor den staat misschien zeer nuttig medelid, dat misschien de grootste bestemming met zich op de waereld brengt, uwe eigen vrucht, vleesch van uw vleesch, bloed van uw bloed, de vreugde van uwe toekomende dagen, misschien de eenige hulp in krankheden, die u aanstaande zyn, den eenigen troost in kommer en lyden, den eenigen steun van uwen toekomenden ouderdom, door eigen schuld, door uwe nalatigheid, onvoorzigtigheid, losheid en moetwil verderven! —

Het is waar, er zyn nog veele oorzaaken; die by het omzigtigste en beste gedrag der moeder echter dezelfde kwaade werkingen kunnen te wege brengen. Doch doet van uw kant het uwe, volbreng uwe plichten, welken God en de natuur van u vorderen, dan kunt gy gerust zyn, dan behoeft gy uw geweten met geen knagende verwyten te pynigen. — Maar men eischt te veel van u, wanneer men begeert, dat gy zult myden, wat u schadelyk is, zonder dat gy eene nauwkeurige, genoegzaame kennis daarvan hebt.

Het zou indedaad van het uiterste gewigt voor het welzyn van het menschlyk geslagt zyn, wanneer men jonge lieden, voornaamlyk van eene zekere klasse, als zy zich in het huwlyk wilden begeven, vooraf de nodige begrippen en kennis der pligten van haaren nieuwen staat deed bekomen, welken meer tot haar lichaamlyk welzyn en de bewaring van haare lyfsvruchten strekken. Men moest haar hiervan de voornaamste pligten jegens zich zelven, haare lichaamsvruchten en den staat, leren, en haar in het algemeen van alles, wat haar met opzigt tot haare gezondheid nuttig en schadelyk kan zyn, onderrigten. Men moest haar eene zekere noodwen-

dige matigheid in alles, en voornaamlyk in zekere dingen, gedurende de zwangerheid, en andere onpaslykheden aanbevelen enz. Ik bid om verschoning, myne waarde lezeresfen! deze gedagten is niet geheel nieuw, en nog veel minder myn eigendom; want andere volken betrachtten reeds zedert lange hetgeen ik hier de eer heb te zeggen. Zo laten de volken van *Sierra Leona* hunne huwbaare jongvrouwen een jaar lang, in een byzonder huis, door deugdzaame grysaarts, van alles, wat op het geluk van haaren toekomenden toestand eenen invloed kan hebben, wel onderrigten.

Zo lang nu een dergelyk onderrigt by ons ontbreekt, zo lang is voorzeker zulk een boekje niet ten eenemaale overtollig! Want veelen van uwe kunne, myne lezeresfen! begaan, uit onkunde, op de onschuldigste wyze, misslagen, wyl zy de zaaken, die haar, gedurende haare zwangerheid, nadelig zouden kunnen zyn, niet genoegzaam kennen. Anderen feilen uit onvoorzichtigheid. — Gy kent misschien de misslagen eenigzins, welken gy behoort te vermyden; maar gy gelooft niet, dat gy op dezelven agt moet slaan, wyl u de gevolgen niet gewigtig genoeg schynen, en wyl gy menigmaal een tyd lang daarvan ver-

ſchoond blyft. Maar het vervolg leert u helaas! tot uwe eigen ſchade, en dikwerf te laat, hoe zeer gy u in uwe mening bedrogen hebt. Voornaamlyk begaan jonge vrouwtjes zeer dikwyls misſlagen uit onwetendheid, wyl zy, gelyk de verdienstvolle ZÜCKERT zegt, uit beſcheidenheid niet gaern by haare vriendinnen onderzoek doen naar zaaken, die den huwlyksſtand betreffen. De meesten geloven niet, dat zy in andere omſtandigheden zyn, voor dat een ieder het haar kan zeggen. Ondertusſchen leven zy onbezorgd, en bereiden zichzelven in vermetele gerustheid veele aanſtaande kwaalen. Men behoeft ſlegts weinig ondervinding te hebben, om intezien, hoe zeer dit waar is. Verdient men derhalven niet eenen kleinen dank, wanneer men u een boekje in de hand geeft, waarin gy alles, althans voorzeker het meeste vind, wat u in uwe zwangerheid, ſchadelyk of nuttig kan zyn, zonder dat gy om alle kleinigheden by anderen om raad behoeft te gaan? —— Dit werkje zy derhalven geheel voor u beſtemd, myne ſchoone lezeresſen! Ik zal u daarin zo aangenaam, als het my mogelyk is, de voornaamſte regelen leren kennen, welker in agtneming uwe gezondheid en ſchoonheid kan bewaren, en tot blyde moeders van gezonde kin-

deren zal maken. Ik beloof u, dat gy hier geen droogе verhandeling over geneeskundige onderwerpen zult vinden, die u met regt zo onaangenaam, en mogelyk walging en verveling zou verwekken. Neen! ik zal in het algemeen steeds zo voorzichtig, als mogelyk is, te werk gaan, ten einde uwe genegenheid, die my zo dierbaar is, niet moetwillig te verliezen. Maar word ook gy niet ten eersten boos, wanneer ik somwylen een weinig ernstig moet wezen; want ik beken u ongeveinsd, en gy zult my gewislyk wegens myne oprechtheid verschoonen; zo groot de achting is, welke ik voor het schoonste gedeelte der schepping heb, zal ik my echter daar door niet laten verlokken, om u met vleijeryen voor te komen, daar ik u pligtshalve waarheden moet zeggen, die geheel alleen ten beste uwer gezondheid zullen strekken. —

Voor alle dingen vlied dien drom van yverige raadgevers en raadgeefsters, die schier altyd te onkundig zyn, ten minsten in dit stuk, om u eenen verstandigen en nuttigen raad te kunnen geven. Medelyden en de begeerte om hulp toetebrengen, een hoofdtrek van uw eigen edel

karakter zynde, hebt gy ook om deze reden nodig, de voornaamste regelen der gezondheid te leren kennen, ten einde gy ook by anderen met het lofwaerdig oogmerk, om nuttig te zyn, door eenen gevaarlyken raad geen veel grooter nadeel moogt toebrengen. — Veele vooroordeelen, ja schier allen, dragen den stempel der oudheid op het voorhoofd; waaronder het *goede raad geven*, inzonderheid ten aanzien der geneesmiddelen, billyk de eerste plaats houd. Men zou veele bladzyden nodig hebben, indien men al de fraaije dingen wilde opnoemen, die reeds zo menige van haare dierbaare gezondheid beroofd hebben, en nog dagelyks beroven. Wagt u, alle middeltjes zo ten eersten te gebruiken, welke men zegt, dat ook anderen geholpen hebben, hoe ernstig en dringende dezelven u ook mogen aangewezen worden. Ik zal zelf nog gelegenheid hebben om over het gebruik der geneesmiddelen breedvoeriger te spreken. Het zy thans genoeg, u voorzichtig en wantrouwig te maken, omtrent zulke middelen, die u aangeraden worden, om dat zy anderen ook geholpen hebben. Die slechts in staat is, zich een klein denkbeeld te maken van

de ongemeen groote verscheidenheid van ziekten, zal zeer ligtlyk het overylde en gevaarlyke van de bovengemelde wyze van gevolgtrekken inzien; want zo min onze wezens elkander volkomen gelyk zyn, even zo min vind men menschen van eene volkomen gelyke gesteldheid des lichaams, der aandoening, en der natuur. Moet derhalven hetzelfde middel by verscheiden menschen niet van eene zeer verschillende werking zyn? En kan het dus niet heilzaam voor den eenen, en ten hoogsten nadelig voor den anderen zyn? Als gy dat slegts bedenkt, zult gy voorzeker zeer behoedzaam zyn, zowel ten aanzien van het gebruik, als ook ten aanzien der aanbeveling van zulk een geroemd middel. Dit zyn waarheden, die wel aan alle geneesheeren, maar, waarschynlyk, niet aan alle myne lezeresfen bekend zyn; en schoon dezelven haar bekend mogten zyn, handelen zy echter dikwerf daar tegen; zy kunnen derhalven niet ernstig genoeg gezegd, en niet te dikwyls herhaald worden.

Ik hoop by myne lezeresfen des te meer indruk te maken, en geloof te verdienen, wyl ik

haar hier, zo als ook in het vervolg, meestal waarheden van oude, ervarene, in de oefening der geneeskunde grys geworden geneesheeren zal voordragen. Hoe gelukkig zou ik my agten, indien zy aan myne vermaningen gehoor gaven, en indien ik daardoor in ſtaat ware, alles van haar te verwyderen, wat eenigzins eenen nadeligen invloed op haare gezondheid zou kunnen hebben! Maar ik verlang te veel! Ik zal my ook te vreden houden, voor myne geringe moeite genoegzaam beloond agten, wanneer ik ſlechts hier en daar eenige ſlagtoffers aan het geweld des vooroordeels en der kwaade gewoonte kan ontrukken. Leest derhalven, zonder bedenken, dit boekje naarstig, al zoud gy het zelfs heimlyk doen! Maar waarom dan heimlyk! Verdient het wel onder de klasſe van boeken geteld te worden, die voor vrouwen niet voegen? Voorzeker niet gelyk veele anderen, die ik niet mag noemen, ten einde myne agtenswaardige lezeresſen er niet nieuwsgierig naar te maken. Wie kan het u ten kwaade duiden, wanneer gy zo nauwkeurig, als mogelyk is, de voornaamſte pligten van uw geſlacht wilt leren kennen! —

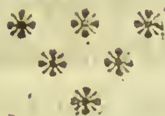
Ik zal my wel met u moeten onderhouden over

zaaken, over welken gy gewoon zyt, schaamrood te worden; doch ik hoop het altyd op zulk eene wyze te doen, dat noch de eerbaarheid, noch de welvoeglykheid daardoor zullen lyden; want ik ben niet willens, een uwer schoonste deugden, de beschaamdheid, te beledigen, welke uw geslacht zo wel voegt. Neen! ik zal u alleenlyk voor eene kwalyk verstaane, kwalyk toegepaste kieschheid waarschouwen, die u nooit nadeliger kan worden, dan op dezen tyd. En daarby is het geneesheeren immers reeds geoorloofd, een weinig vryer, dan andere menschen, over zekere zaaken te spreken. Dit zult gy wel willen bedenken.

En nu nog een woord betreffende dit boekje zelve. Ik zou geen mensch moeten zyn, indien ik wilde ontkennen, dat het my tot blydschap zou strekken, indien myn arbeid gunstig ontvangen wierd. Ik zal zekerlyk der geleerde waereld hier niets nieuws zeggen, ook ben ik de eerste niet, die dit pad betreed. Het eene zo wel als het andere weet ik zeer wel. Maar zyn dan de boeken der grootste geneesheeren juist in de handen der geenen, die eigenlyk nuttig on-

derwys daaruit zouden kunnen halen? Zyn zy zo ingerigt, dat vrouwen dezelven met nut kunnen en willen lezen? En kunnen zulke nuttige, zulke allergewigtigste waarheden dikwyls genoeg herhaald worden? Dit is verre de slechtste grond niet, die my tot verschoning zou kunnen dienen. — Dit is ook het oogmerk niet; maar dezelve behoort mede tot de drie vraagen, welken een ieder, dien zodanige onderneming overtollig schynt, zig zelven moet beäntwoorden. — Dus ook om deze, en geen andere reden, wyl deze bladen voor het schoone geslacht bestemd zyn, onthoude ik my van alle, hier geheel onnodige, aanhalingen, om geleerd te schynen. TISSOT, ZÜCKERT, ZIMMERMANN, UNZER, FRANK, WEIKARD, FREDERIK HOFFMANN, LEVRET, RÖDERER, LE ROUX, RHAN, en eenige anderen, zyn de bronnen, uit welken ik geput heb, en die ik hier aanhaal. Dit tot narigt van myne heeren de beöordeelaars! Elke onpartydige, gegronde aanmerking van dezelven, zal my ten hoogsten welkom zyn, en, indien dit boekje eenen tweeden druk mogt beleven, zal ik met dank gebruik daarvan maken. Doch ik verzoek u

om verſchoning, myne ſchoone lezeresſen! dat ik u hier met zaaken onderhoude, die u, waarſchynlyk, geheel onverſchillig moeten zyn: maar ik gehoorzaam uwen wenk, en ga nu over tot het werkje zelve.



EERSTE AFDELING.

Over de zwangerheid en derzelver tekenen.

Ik zal u niet ophouden met alle geleerde befchryvingen en verklaringen der zwangerheid; maar u billyk daarvan verfchonen; zynde myne bedoeling, u aanftonds de tekenen nader te leren kennen, waaruit gy kunt befluiten, dat gy u in byzondere omftandigheden bevind; want, daar ik de vryheid neem, u eenen levensregel voortefchryven, zult gy ook gaern willen weten, wanneer gy voornaamlyk verplicht zyt, denzelven in agt te nemen. Het is waar, nooit zyt gy meer gehouden, voor uwe gezondheid te zorgen, dan in den ftaat; over welks tekens ik thans de eer zal hebben, u te onderhouden. Doch gy behoorde ook buiten denzelven eenen goeden leefregel te volgen; gy zoud dan ten minften, wanneer gy eens moeder zult worden, geen groote verandering in uwe levenswyze behoeven te maken, waarin gy helaas te eerder nalatig zyt, hoe ongewooner dezelve u is, en hoe moeilyker zy u juist uit dien hoofde ook moet fchynen. — En wat waagt gy, wanneer gy, in de verbeelding, van zwanger te zyn, zeer overeenkomstig de gezondheid leeft, fchoon gy het niet zyt? Indedaad veel minder, dan in het tegendeel!

Doch het is goed, wanneer gy, zo vroeg mogelyk, van uwen nieuwen ſtaat onderrigt zyt. Want dit is de tyd, waarin gy uwe gezondheid en de vrugt uws lichaams het meest kunt benadelen. Niets is zekerer, dan dat men in de eerſte zwangerheid den grond kan leggen tot de volgende gelukkige of ongelukkige baringen. De natuur gewent zig in deze tydſtip byzonder ligt, en ééne ontydige geboorte heeft meer anderen ten gevolge. Dit zyn de woorden van den by uw geſlagt zeer verdienstlyken heer Zückert (*a*), en het is eene waarneming, die door de grootſte geneesheeren en vroedmeesters te alle tyden bevestigd word. — Voor vrouwen, die reeds meermaalen moeder zyn geworden, zou deze afdeling eenigzins overtollig kunnen zyn: zulken kunnen dezelve mynenthalve overſlaan, want zy hebben gemeenlyk uit haare vorige zwangerheden zulke zekere kentekens geleerd, die haar niet ligt bedriegen. — Maar jonge vrouwtjes, die den ſtreelenden naam van moeder nog niet gehoord hebben, en voor welken dezelve eigenlyk geheel alleen beſtemd is, voor dezen zal zy des te meer welkom zyn — hoe onvolmaakt zy voor het overige is, en moest zyn. Want ik

(*a*) Deze geleerde, in ons land minder algemeen bekend, heeft reeds voor lang onderſcheide ſchriſten over de levenswyze van zwangere en kraamvrouwen enz. in het licht gegeven (waar van onze ſchryver in het vervolg meerder gewag maakt) en welken in dien tyd ſchoon niet volkomen, in de meeste opzichten egter zeer voldoende waren, waarom hy ook den hier toe gezwaaiden lof met regt verdient.

fchaam my reeds vooraf, dat ik u fchier met loutere gisfingen zal moeten bezig houden, wyl ik het geluk niet heb, u iets meers en zekerers te kunnen zeggen

De tekens der zwangerheid zyn in het begin ten hoogften bedrieglyk, en fchier allen flegts by gisfing. Een of weinig tekens op zig zelven alleen bewyzen niets. Hoe grooter ondertusfchen het getal derzelven by u is, des te waarfchynlyker is uwe zwangerheid. De meesten van uw geflacht, myne fchoone lezeresfen, befpeuren kort na de bevruchting, meer of minder, eenige veranderingen en bezwaardheden by zig, die zy te voren niet gewend waren. Zy worden, by voorbeeld, eene zekere mattigheid en traagheid des lichaams gewaar, die haar zelfs haare gewoone kleding tot eenen last maakt. Zy zyn tevens treurig, mismoedig, flaperig, neêrflagtig; zy ondervinden walging, inzonderheid tegen vleesch, en gewoone fpyzen, daartegen trek naar ongewoonen. Voornaamlyk braken zy des morgens dikwyls, waardoor zy gemeenlyk verligting van te voren gevoelde hoofdpyn bekomen. Zy voelen menigmaal eene plotze lomigheid in de armen en beenen, vliegende pyn in de leden, eene zekere ftompe gewaarwording in den buik, of eene trekkende beweging in den fchoot. Veelen klagen over geftadige rilling, hoofd- of tandpyn, zuure oprispingen, krygen vlakken in het aangezigt, en aan andere deelen des lichaams. De oogen fchynen flaauw, zyn ingevallen, de oogleden met eenen loodverwigen kring omge-

ven enz. De maandlykfche zuivering blyft agter, doordien dezelve thans door de natuur tot een gewigtiger einde beftemd is. De buik word platter, dunner. Dit zal menigen myner lezeresfen tegenftrydig voorkomen, doch zy zullen het aanftonds begrypen, wanneer ik haar zeg, dat de baarmoeder, nu meer vogtigheden, dan wel anders, bevattende, ook zwaarer word, wegens haare vermeerderde zwaarte natuurlyk dieper in de holligheid van het bekken moet zinken, en dus de buik ook een weinig dunner, of liever, platter moet worden. Maar na verloop der derde maand vind de baarmoeder, wyl zy fteeds in grootte toeneemt, geen genoegzaame ruimte meer in de holligheid van het bekken, ryst derhalven om hoog, *zet den buik allengs* uit en verfchynt boven het fchaambeen in de gedaante van eenen bal of van een hard gezwel. Op het einde der vierde en in het begin der vyfde maand ftaat het hard gezwel tusfchen de fchaambeenen en den navel, beflaat het midden des lichaams en de zydeelen van hetzelve zyn fmaller. Op de helft der zwangerheid, of ten einde der vyfde maand, menigmaal, maar echter zelden, ook vroeger, befpeuren de meeste zwangeren leven, of de eerfte beweging van het kind, als het zekerfte teken der zwangerheid. Deze beweging word by veelen op onderfcheiden wyzen, door pikken, krabbelen enz. gevoeld. Dan eens hebben zy eene gewaarwording, even als of een vischje zig in het water, dan weder, als of eene fpin zig in haare webbe bewoog; of

even als of een hoentje pikte. — De borsten worden harder, dikker, pynlyk, en geven ten laatſten een wateragtig, melkagtig vogt. De kring om dezelven word grooter en breeder. De tepels trekken by zommigen in, by anderen worden zy grooter. Na de zesde maand ryst het harde gezwel tot aan den navel, en in de zevende tot over dezelve. De navel verliest dan zyne natuurlyke groeve en diepte, wyl hy vlak word. By zulken, die reeds meermaalen moeder werden, gebeurt dit dikwyls eene maand vroeger, wanneer zy geen zeer dik, overhangend lichaam hebben. By zulken, die in haare eerſte zwangerheid zyn, en welker lichaam voor het overige natuurlyk en wel gevormd is, volgt deze gelykwording van den navelkuil altyd laater. — In de achtſte maand bevind zig het hard gezwel tusſchen den navel en den hartkolk. Op dezen tyd beweegt het kind zig dikwerf zo ſterk, dat men deze beweging uitwendig kan zien, en dat dezelve der zwangere ſmert verwekt. Dikwyls kan men ook door het opleggen van eene eenigzins koude hand de beweging der handjes of voetjes van het kind zeer duidelyk voelen. Wanneer het lichaam vervolgens zeer uitgezet is, word het ademhalen gemeenlyk een weinig moeilyk. In de negende maand zakt het gezwel weder een weinig laager, de zwangere word eenige verlichting gewaar, haalt gemaklyker en vryer adem. Er vertonen zig nog verſcheiden andere toevallen, onder welken de tyd der bevalling ſteeds meer en meer nadert, over dewelke ik u

echter in eene andere afdeling van dit werkje zal onderhouden, tot zo lang moet gy derhalven geduld hebben, doch dit niet willende doen, leest dan, als het u belieft, ten eersten de laatste afdeling. — Dezen, myne lezeresſen, zyn de toevallen en de voordgang van eene natuurlyke zwangerheid, zo als die gemeenlyk plaats hebben, en behoren te hebben. Maar het gaat altyd zo niet. — Zelden, of ſchier nooit zyn al de aanvanglyk aangehaalde zieklyke omſtandigheden, met het agterblyven der maandlykſche zuivering, tegenwoordig. Daar zyn vrouwen, die geen, of ten minsten ſlegts weinigen der zieklyke omſtandigheden, (het groeijen van het lichaam uitgezonderd, het welk eigenlyk daar niet voor gehouden kan worden,) beſpeuren, en nogthans dikwerf zwanger zyn, en kunnen zyn. Zelfs het uitblyven der maandlykſche zuivering is, gelyk wy weten, geen onbedrieglyk teken der zwangerheid; zo min als derzelver aanwezen het tegendeel daarvan bewyst. Het eerste kan dikwyls het gevolg van eene onpaslykheid, gelyk ook niet minder de oorzaak der zieklyke toevallen zyn. Het laatste heeft niet zelden plaats by zeer volbloedige vrouwen, of by zulken, die gewoon zyn geweest, veel bloed door de maandlykſche zuivering te verliezen. Dezen kunnen ook in de eerste maanden haarer zwangerheid, zelfs nog langer, haare maandlykſche zuivering hebben. Wees derhalven niet te haastig, met u zelve, of anderen, by deze omſtandigheden zo ten eersten gewis voor zwanger,

of ook voor niet zwanger te houden. De zaak is zo gemaklyk niet te beslisfen, als gy wel denkt. Want in het algemeen bootzen ziekten des buiks, verstoptheden der lever, der milt, van het darmscheil, en andere ingewanden, buikwaterzugt, enz. dikwyls, maar al te bedrieglyk, eene zwangerheid na. Zelfs groote geneesheeren hebben dikwerf, ook by het nauwkeurigst onderzoek, waterzugtigen voor zwanger gehouden, en zo omgekeerd. Voornaamlyk is dit zeer ligt mogelyk, wanneer waterzugt en zwangerheid by hetzelfde mensch zamen gepaard gaan. De zeer verdienstlyke heer ZÜCKERT zegt te regt: — „ maar, wyl men, in deze „ gevallen, de beweging van het kind niet „ voelt, welke de zwangeren tusfchen de vyf„ de en zesde maand van het aanwezen eener „ levende vrugt overtuigt, kan alle dwaling ver„ myd worden, wanneer men op deze omstan„ digheid agt geeft ". — Maar my dunkt, dat dit onder eenige bepaling moet verstaan worden. Het is waar, de beweging van het kind is een van de zekerste tekens eener waare zwangerheid. Maar zwaklyke, zieklyke kinderen bewegen zig dikwyls veel laater dan in de vyfde en zesde maand; en zou men om die reden alleen eene vrouw niet voor zwanger houden? voornaamlyk, wyl de beweging ook dikwerf integendeel zo zwak kan zyn, dat dezelve nauwlyks door de moeder bemerkt word. Doch even zo wel kunnen ook kramp en winden veeltyds vry na-

tuurlyk de beweging van een kind nabootzen. Eene omſtandigheid, welke inzonderheid by bejaarden zeer ligt kan plaats hebben; een klein, windverdryvend middel ontbind dezulken dan zonder groote pyn. —— Gy ziet hier uit, hoe dikwyls verſcheiden oorzaaken eene diergelyke werking kunnen voordbrengen, en hoe nauwkeurig gy moet opletten, wanneer gy in dit opzicht iets met zekerheid wild bepalen.

Wyl nu de buikwaterzugt, onder alle ziekten, van ouds af het meest met de zwangerheid is verwisſeld, en nog dagelyks verwisſeld word, zal het niet ten eenemaale overtollig zyn, wanneer ik ten beste myner lezeresſen de voornaamſte onderſcheidings tekens hier optelle; —— wanneer beide de gevallen, namelyk zwangerheid en waterzugt, niet te gelyk met elkander vereenigd zyn. kan men reeds met tamelyke zekerheid de eene van de andere onderſcheiden. —— Zwangeren hebben ſchier altyd een beter, gezonder aanzien, in zo verre zy anders gezond waren, het lichaam is meer naar vooren uitgezet, en de zyden zyn ranker. By waterzugtigen is het lichaam gelykvormig gevuld, het gezwel zinkt, wanneer de lyderes op den rug ligt. Als men met de eene hand het lichaam naar de tegengeſtelde zyde, daar men hetzelve met de andere vast houd, drukt, beſpeurt men het golven van het vogt. De beenen zyn meestendeels gezwollen, en als men er met den vinger op drukt, blyven er kuilen over.

De zogenaamde kindsaderen (*b*) zyn hier, wegens het koud, week gezwel, niet gemaklyk te zien, daar men ze gemeenlyk by zwangeren blauw en gezwollen langs de dyen tot onder de kuiten ziet neerwaard lopen. Die wateragtige gezwollenheid is meest alleen omtrend de knokkels, en als dezelve aan de dyen, of zelfs aan het lichaam is, zyn egter de kuiltjes, die na het drukken van den vinger overblyven, het zekerste onderscheidingsteken.

Er is ook nog eene zogenaamde valsche zwangerheid, die alle toevallen der waare al vry natuurlyk kan nabootzen, van welke ik u hier een paar woorden moet zeggen, hetwelk des te nodiger is, wyl eene veronachtzaamde levenswyze in de eerste maanden der zwangerheid zeer veel gelegenheid tot dezelve kan geven, en waarvan gy het verdere in eene der andere afdelingen zult horen. Hier word in plaats van een levend kind, een wanstaltige onbezielde vleeschklomp, of eene zogenaamde wanvrucht geboren, die zomwylen water, bloed, of ook eene kleine lichaamsvrugt bevat. Dikwyls zyn het ook doorschynende waterblazen, van welken elke eenen steel heeft, die, met elkander vereenigd, naar eene druiventros gelyken. Dikwerf kan ook, nevens een levend kind, zig tevens zulk eene

(*b*) Hier onder verstaat onzen schryver de adergezwellen, welke by zwangere vrouwen zo dikwerf op de onderste ledematen waargenomen worden.

wanvrucht in de baarmoeder bevinden, doch hier van op eene andere plaats. Deze vreemde lichaamen ontſtaan meestendeels van een klompje geronnen bloed, van een teruggebleven ſtukje nageboorte, of van een bedorven eitje. Inzonderheid geven voorige miskraamen er zeer veel gelegenheid toe. Het lichaam groeit hier veel ſneller, dan in eene waare zwangerheid, voornaamlyk is dit groeijen in den eerſten tyd van dezelve zeer merklyk. De beweging der vrucht tegen of na de vyfde maand blyft weg, wanneer zulk eene zwangerheid zo lang duurt. De borsten worden verſlents, vallen zamen, en geven eene wateragtige melk. —— Doch deze tekens zyn even zo min onbedrieglyk, als in de waare zwangerheid. Er zyn nog andere vreemde lichaamen, waarmede de baarmoeder dikwyls, even als in de zwangerheid kan vervuld zyn, doch waarvan ik u hier niets zal zeggen. Gy ziet in het algemeen uit de geheele afdeling, hoe bedrieglyk en dubbelzinnig de tekens der zwangerheid zyn, en hoe nodig het is, dat gy u zelve aan eene eenigzins nauwkeuriger onderzoeking ontwerpt, indien gy begeert, omtrent uwen ſtaat zeker te wezen. Ik heb dezelve voorbedagtlyk een weinig nauwkeurig behandeld, en er my misſchien langer by opgehouden, dan nodig was; maar ik wilde u gaern behoorlyk voorzigtig maken in het oordelen, ten einde gy, wanneer gy by voorbeeld zieklyke omſtandigheden, het uitblyven der maandlykſche zuivering, of een eenigzins dik lichaam bemerkt, niet

zo ten eersten volstrekt eene zwangerheid vooronderstelt, inzonderheid als het op de eer of den goeden naam van iemand aankomt! En het zou zeer goed zyn, indien myne lezeresfen hier over, gelyk over alle gevallen, eenen vroedmeester raadpleegden, wanneer zy zelven niet duidelyk, volgens de meeste gronden van dit boekje, kunnen beslisfen. (*c*)

(*c*) De hier gegeven raad om in die twyffelagtige gevallen eenen vroedmeester te raadplegen, is zeer gegrond en verdient nagevolgd te worden; men kan egter niet ontkennen, dat in zommige gevallen, en vooral in den beginne eener zwangerheid, of liever kort na het terug blyven der maandelyksche zuivering, alle tekenen zig zeer bedriegelyk kunnen opdoen, en dus noch geneesheer, noch vroedmeester, noch vroedvrouw iets met zekerheid kunnen beslisfen, zo als de schryver reeds zelfs aangemerkt heeft, en welk ook door de dagelyksche ondervinding bevestigd word; hoe verkeerd gaat men uit dien hoofde te werk, wanneer men met geweld hebben wil (en wel zomwylen de kunde des geneesheers, vroedmeester &c. daar na waardeert) dat de geneesheer enz. korten tyd na de terugblyving der maandelyksche zuivering, voorzeggen zal of er eene zwangerheid plaats heeft, dan niet? en zelf word het belachelyk, wanneer men nog deze voorspelling, zonder de minste onderzoeking of althans een mondeling gesprek, alleen uit het zien van het water gedaan wil hebben, welk nog dagelyks voorkomt, en door het gedrag van zommige gewinzuchtige geneesheeren (welk de geneeskunst tot weinig eer strekt) nog ondersteund word. Ik raade jonge getrouwde vrouwen dierhalven, wanneer de maandelyksche zuivering te rug blyft, alsdan eene goede leefregel, zo als in het vervolg hier aangewezen word, in agt te nemen, twee of drie maanden geduld te hebben, en zo er geen dringende nood voorhanden is, hoegenaamd geen geneesmiddelen of andere zo genoemde huismiddelen te gebruiken, tot dat men na verloop van eenige maanden het al of niet zwanger zyn met meer zekerheid bepalen kan.

TWEEDE AFDELING.

Over het geen zwangeren ten aanzien van ſpys en drank in agt moeten neemen.

Gy verlieſt dagelyks zeer veel door de onmerkbaare uitwaasſeming en andere ontlastingen en afſcheidingen, hetwelk noodwendig vergoed moet worden, indien gy zelve gezond blyven, en het onzigtbaar pand uwer liefde behoorlyk voeden wilt. Zo nodig egter derhalven het eten en drinken is, om uwe gezondheid en ſchoonheid te behouden, kunnen *onmatigheid* of *kwalyk gekozen ſpyzen en dranken*, evenwel eene bron van veele kwaalen voor u en uwe lichaamsvrucht worden. Het is derhalven nodig, dat gy weet, wat gy behoort te vermyden, en gy zult het my, hoop ik, niet kwalyk nemen, dat ik de vryheid gebruik, u hier uwe keukenlyst te maken.

Dit ſtuk is voornaamlyk voor zulken myner lezeresſen beſtemd, welken in eene omſtandigheid geplaatst zyn, die haar toelaat, eene keuze in haare ſpyzen en dranken te kunnen maken. Voor anderen heeft de goede natuur meest zelve

zo wel gezorgd; zy heeft haar met zulke gelukkige werktuigen der vertering voorzien, dat zy minder nodig hebben, daar agt op te geven. Zy blyven ook dikwyls gezond, wyl haare omſtandigheden haar niet veroorloven, kostbaar in ſpys en drank te zyn, en daardoor haare gezondheid te krenken. — *In het algemeen is matigheid de voornaamſte regel der gezondheid.* Men bevind zig nooit beter, dan wanneer men alleenlyk zo veel eet, als zonder bezwaardheid verteerd kan worden. De maag verrigt haar werk, de vertering namelyk, dan alleen zeer wel, wanneer zy niet overladen is. Het voedingſap word fyner, het bloed zelf beter beärbeid en de omloop van hetzelve en van alle ſappen, waarvan de behoudenis en voeding des lichaams afhangt, geſchied het best. Het is derhalven een zeer nadelig vooroordeel, dat men eene zwangere, onder voorwendzel, dat zy er twee moet voeden, wil overreden, zeer veel te eten. Het nadeel, dat hier uit ontſtaat, is, voornaamlyk tegen het einde der zwangerheid, byzonder van belang. Indien eene zwangere, gelyk het zeer dikwyls gebeurt, eenen ſterkeren eetlust beſpeurd, moet zy zig juist by geen twee of drie maaltyden bepalen, maar liever dikwyls en telkens ſlegts weinig op eenmaal eten, en alles ter degen kauwen. Alle in te groote menigte gegeten ſpyzen worden niet verteerd, bederven in de maag, en zyn in het algemeen voor het lichaam reeds nadelig,

door dat aan hetzelve zyn wél bewerkt nodig voedzel daardoor onttrokken word. Er ontſtaan ook nog andere ongemakken uit te groote overlading der maag, als loomheid, ſlaperigheid, hoofdpynen, de zoode, krimpingen in den buik enz. en dikwyls, gelyk de grootſte geneesheeren opgemerkt hebben — een plotslyke dood. Zwaklyke lieden gevoelen gemeenlyk altyd dubbelde ongemakken, zy zyn neêrſlagtig en worden door winden gekweld, zy hebben onrustige nagten, benauwde droomen, bezwaarlyk ademhalen, en het is altyd gelukkig, als er niets ergers uit ontſtaat. Op zulke nagten volgt eene zekere mattigheid en traagheid, afkeer van alle bezigheid, de verdrietigſte verveling, of zwaarmoedigheid, wyl een geruste ſlaap, volgens de wetten der natuur, het lichaam het meeste verſterkt. De ridder Karel Scarborough zeide derhalven te regt tegen de hertogin van Portsmouth: *gy moet minder eten, of meer beweging nemen, of geneesmiddelen gebruiken, of ziek zyn.*

Te veelerlei geregten zyn u even zo min dienstig. — Eenvoudige ſpyzen zyn het meest gepast voor de gezondheid, want de meesten worden door de kunstige toebereiding eerst geheel ſchadelyk. De natuur heeft veel meer moeite, om een mengzel van agt of tien gerechten, waarby dan nog appelen, peeren, druiven, gebak, of konfituuren komen, in een goed voedingsſap te veranderen, dan eenen eenvoudigen kost. Men zondigt hier gemeenlyk dubbel. — Men eet veelerlei ſpyzen, en nog wel in tamelyke

menigte, wyl juist de verscheidenheid derzelven het gehemelte prikkelt. Met eenvoudige weinige spyzen zal iemand niet ligt de maag overladen. De gevolgen van zulk eenen ongeregelden leefregel zyn voor u en voor uwe lichaamsvrucht zeer merklyk en gewigtig. Er ontstaan, zo als in het eerste geval, allerhande ongemakken, als winden, kolykpynen, mislykheden en maagpynen, daaruit, die door u maar al te dikwerf op rekening der zwangerheid gesteld worden, doch niets anders dan gevolgen van eenen verkeerden leefregel zyn. Maar hier blyft het nog niet by; wyl te veele, te verschillende spyzen geen goed voedingssap geven, word het bloed, de bron, waar uit de toekomende erfgenaam voedzel trekt, met rauwe scherpe deelen overladen, die aan de vrucht reeds in het lichaam der moeder maar al te dikwyls eene gesteldheid tot allerlei ziekten kunnen te weeg brengen. Dit heeft gemeenlyk plaats by zwakke aanzienlyke lieden, die buitendien geen goede verteringskragt hebben. Dezen moeten zig te meer voor alle eenigzins aanmerklyke buitensporigheid ten aanzien der menigte en verscheidenheid der spyzen wagten, indien zy er niet dubbel voor willen lyden. — Zelfs wanneer gy door de natuur met het gezondste lichaam en de beste verteringskragten voorzien zyt, kan u egter het te veel eten nog op eene andere, hoewel zeldzaamer, wyze nadelig worden; want die veel, inzonderheid zeer voedzaame spyzen geniet, daarby wél verteert, en zig weinig beweging geeft, word ligt volbloedig, en deze

volbloedigheid kan u, wyl gy meest gaern zit, en niet veel beweging neemt, veelerlei kwaalen en ongemakken, gedurende de zwangerheid, ten tyde der bevalling, en na dezelve, veroorzaken; die enkel door eenen ſpaarzaamer en nauwkeuriger leefregel het beste kunnen vermyd worden; en waarvan gy het verdere in eene der naastvolgende afdelingen zult horen.

Al te weinig eten is wel zeldzaamer, doch in de zwangerheid egter des te nadeliger, wyl het bloed, wanneer het niet telkens door eenen nieuwen toevloed van eene behoorlyke hoeveelheid melkſap in deszelfs natuurlyke geſteldheid onderhouden word, als dan ligt ſcherp kan worden, de lichaamsvrugt niet behoorlyk kan voeden, en haar daarenboven nog aanmerklyk kan benadelen. Gy ziet, dat beiden te vermyden, ten hoogſten noodzaaklyk voor uwe gezondheid is. Ik waarſchouw u wel voor alle overlading, maar gy moet ook geen honger by my lyden. —— Walging en verloren eetlust, zyn meest de gevolgen van eene bedorven verſlymde maag. Zagt ontbindende en ontlastende middelen, doch die tevens niet verzwakken, by voorbeeld, twee lood zout van Glauber, of ſeignetisch zout, met zestig grein rabarber vermengd, en daarvan zo veel genomen, als op de punt van een mes kan liggen, kan uwe maag weer volkomen in orde brengen. Zelden is de zwakheid der maag alleen de oorzaak. Hier helpen bittere, maagverſterkende middelen, doch die gy nooit zonder den raad van eenen geneesheer moet gebruiken, wyl

dezelven u zeer ligt nadelig kunnen worden (*d*).
Doch het is niet genoeg, dat gy niet te veel en niet te weinig eet, gy moet ook nog eene zekere keus in uwe fpyzen maken. Ik zal u niet geheellyk van uwe meest geliefde gerechten bero-

(*d*) Deze waarfchouwing over het misbruik der bittere middelen is zeer gegrond, en is het in ons land dubbelwaardig, want hoe zeer onze Nederlandfche vrouwen over het algemeen niet aan geestryken, en misfchien al te veel aan wateragtige dranken toegedaan zyn, heeft egter eene zekere begeerte om in zommige gevallen zig zelven of anderen, zonder hulp van eenen geneesheer, te genezen, dikwerf de bovenhand; waarom men ook in zommige maag- of buik gebreken, met de bittere geestryke dranken, Elixirs &c. al zeer fchielyk in de weer is, en dezelve zonder het minste onderfcheid gebruikt of laat gebruiken; daar egter zoortgelyke middelen, zo door den heeten aart der kruiden waar uit zy gemeenlyk bereid worden, als ook van het vogt zelve, welk gemeenlyk brandewyn of genever is, eenige omftandigheden uitgenomen, zelden van nut en wel meestal fchadelyk zyn, waarby nog aantemerken valt, dat die raadgeefters (ombewimpeld te fpreken) al geheel wat moeite zouden hebben, alle de byzondere oorzaken der maaggebreken te onderfcheiden, zoude het inderdaad veiliger zyn onzen fchryver na te volgen, en dit beftaat hier in, *alle zogenoemde bittertjes te vermyden en eenen geneesheer te raadpleegen;* wil men nogthans met geweld by eenige ongemakken der maag &c. op zyn eigen gezag middelen gebruiken of laten gebruiken, alsdan raade ik wederom met onzen fchryver een zagt ontlastend middel (zo als hy voorgefteld heeft) of andere diergelyke als *manna*, *cremor. tartar.* enz. in te nemen, en zelfs hier in word wederom eene omzigtigheid vereischt, om namelyk alleen *zagt werkende* middelen te gebruiken en alle heete fterkwerkende, waaronder zelf de zo uitgebazuinde en geliefdkoosde *Hoofd-* en *Urbanus*-pilletjes en andere diergelyke meer te vermyden, uit hoofde zodanige middelen zomtyds al geheel verkeerde uitwerkingen zouden kunnen voortbrengen, waarvan by den fchryver in het vervolg meer.

ven, van welken gy door eene lange ondervinding overtuigd zyt, dat zy u geen nadeel doen. Ik weet, hoe veel het hierin op de kracht der gewoonte aankomt, en neem het u gansch niet kwalyk, dat gy ſpyzen, die u zeer wel ſmaken, boven eenen anderen kost verkiest, die u minder behaagt. Het is algemeen bekend, dat zommige ſpyzen nadeliger zyn, dan anderen. Slechts weinigen kunnen als volſtrekt ſchadelyk beſchouwd worden. Een gezond mensch moet alle ſpyzen kunnen eten, en kan het ook, mits zulks matig geſchied. Want de nadeligheid van dezelven, hangt ſchier altyd alleen af van de grooter of kleiner hoeveelheid, in welke wy ze gebruiken. Maar daar zyn betrekkingen, zo als by voorbeeld de zwangerheid, waarin gy van zekere gerechten moet afzien, zo het anders mogelyk is. Ik zal hierna de eer hebben, de meesten derzelven duidelyk optegeven. — Van den trek tot ongewoone ſpyzen, of de zogenaamde belustheid, heb ik hier niet veel te zeggen, wyl het in het geheel geen noodzaaklyk gevolg of eene gezellin der zwangerheid, maar veeleer aan eene bedorven verbeeldingskracht, of aan de aanwezenheid van zuuren in de maag, en aan eene byzondere geſteldheid van het maagſap toeteſchryven is (*e*). Middelen, die het zuur op-

(*e*) Hoe zeer ik het ten opzigten der aart en oorzaak der zogenoemde belustheid met den ſchryver eens ben, en ook geloove, dat de meeste gevolgen en tekenen, die men na dezelve (wanneer zy niet geſuld is) by de kinderen wil gezien hebben, meestal vertelſels

nemen en uitdryven, zo als by voorbeeld witte magnefia, tweemaal zo veel als op de punt van een mes kan liggen, kunnen het zeer dikwyls verdryven, en het is in het algemeen goed, wanneer gy op dingen valt, die men u, zonder uwe gezondheid te benadelen, kan veroorloven. — Uw voedzel moet voor het overige gemengd zyn, en deels uit vleesch, deels uit groente en ooft beftaan. Zelfs de natuur, de verfcheidenheid uwer tanden, myne fchoone lezeresfen! geeft u hiertoe eenen duidelyken wenk. Het enkel genot van vleesch zou uwe fappen ras ontbinden en doen rot worden, derhalven is het nodig, dat gy er ook fpyzen uit het plantenryk mede paart; wyl de meesten derzelven wegens gebrek aan alle fcherpte, het nuttigst zyn, om aan de kwaade werking der eerften paalen te ftellen, en de verrotting te beletten; waartoe het met zoetagtige flymige deeltjes omwikkeld plantenzuur zo veel doet. Indien ik de eer had, uw tafelgenoot te zyn, zou ik voor alle dingen, inzonderheid

zyn, kan ik evenwel niet ontkennen, dat dezelve egter, wanneer zy buitengewoon is, als eene fterke drift en gemoedsaandoening moet befchouwd worden, en uit dien hoofde ook vry wat uitwerking op het zenuwgeftel der zwangeren kan hebben, waar uit vervolgens al zeer ligt een miskraam kan geboren worden: ik raade derhalven zwangere vrouwen alle gelegendheid naauwkeurig te vermyden, om in dusdanig geval te komen, en by aldien het egter met of zonder haar fchuld gebeuren mogt, alsdan alle fchaamte (die vooral by voor het eerst zwangeren al menigmaal, zeer verkeerdelyk nogthans, plaats heeft) op een zyde te ftellen, en zo veel mogelyk hare belustheid zoeken te voldoen, en welk te bevorderen ieder verplicht is.

zulken onder u, die eene zwakke maag hebben, alle fpyzen wegnemen, die te veel lugt bevatten, en in het algemeen te zwaar om te verteren en te ontbinden zyn; anderen zou ik ten hoogften flechts een matig gebruik daarvan veroorloven. — Want zulke fpyzen veroorzaken onder deze omftandigheden en in menigte gebruikt, veelerlei ongemakken en voornaamlyk winden, die eene gewaarwording kunnen verwekken, welken u bewegingen des kinds, of tekens der aannaderende bevalling fchynen te zyn, en waardoor gy dan dikwyls onnodig in vrees en fchrik gebragt word. Hiertoe behoren wel inzonderheid de meeste *peulvruchten*, als *erweten*, *boonen*, *linzen*; alle foort van *gedroogd*, *gerookt*, *gepekeld vleesch*, voornaamlyk *verkensvleesch*, en het geen daarvan bereid word. *Oude ganzen* en *eenden* enz. De meeste foorten van *rauw ooft*, inzonderheid *druiven*. Verder *hard gekookte eijeren*, *kaas*, *gebak* en *fuikergoed*, *meelfpyzen*, *oesters*, *zeekreeften*, *wittekool*, *zuurkool*, *aardappelen*, *ingemaakte boonen*. Alle foorten van *visch*, die hard taai vleesch hebben, *zalm*, *bleivisch*, *barbeelen*, *ftokvisch*, *paling* enz. Alle te vette fpyzen zyn u ook niet alleen nadelig, wyl zy de maag verflappen en bederven, zeer geneigd zyn om garstig te worden, de zoode verwekken, maar ook daarenboven het verteren der andere fpyzen verhinderen. Ook moet ik u waarfchouwen, geen vette, zuure, of gezouten fpyzen lange in tinnen of koperen vaten te bewaren, of over nagt te laten ftaan. Het is by de genees-

heeren door ondervinding bekend, dat zulke vaten, wanneer wy ons by het bereiden der fpyzen daarvan bedienen, eenen zeer nadeligen invloed op onze gezondheid kunnen hebben. Wanneer de nood het vordert, moogt gy er u wel van bedienen, om er in te koken; maar gy moet de fpyzen er nooit lange in laten ftaan, zonder dezelven in aarden, of, nog beter, fteenen vaten overtedoen. Het zal niet nodig zyn, dat ik u de nadeligheid daarvan fcheikundig verklaar en bewys: gy zult my wel geloven, wanneer ik u zeg, dat zulke fpyzen iets nadeligs van het koper of tin naar zig nemen, hetwelk geweldig op de zenuwen werkt, en u krampen, mislykheden, fterk braken, pyn in de ingewanden en allerlei kwaalen, zelfs eene vroegtydige bevalling kan veroorzaken, en u nevens het kind grootlyks benadelen.

Niet minder zyn al te zoute, fcherpe, prikkelende en gekruide fpyzen voor u nadelig. In het algemeen zou ik de meeste uitheemfche fpeceryën wel uit uw kookboek willen verbannen. De verdienstvolle heer ridder Zimmermann, welken veelen onder u, uit zyn voortreflyk boek over de eenzaamheid, zullen kennen, zegt ergens met veel waarheid: „ de fpeceryën tonen „ reeds door derzelver groote verfcheidenheid „ van onze fappen, dat zy ons niet tot fpyze „ zyn gegeven." Alle uitheemfche fpeceryën zyn, de eene meer dan de andere, zeer nadelig, voornaamlyk, als men ze in menigte gebruikt. En van wat nut zyn zy? —— Men heeft te recht

aangemerkt, dat derzelver grootfte nut is, eetlust te verwekken, maar haar minfte nadeel, de darmen zagtjes te verbranden. Zy maken de gal fcherp, prikkelen te ftcrk, verhitten het bloed, verwekken pynlyke lammigheden der leden en veele andere kwaalen. Indien gy derhalven het gevaar bedagt, waaraan gy u door het menigvuldig gebruik, of, liever, misbruik van dezelven blootftelt, zoud gy voorzeker ten uiterften fpaarzaam daarmede wezen, of dezelven alle myden. Want gy ondervind alle kwaade werkingen van zulke fcherpe gekruide fpyzen in eenen veel hoogeren trap, wanneer gy buitendien reeds, gelyk meestendeels het geval is, met zeer prikkelbaare zenuwen begaafd, en volbloedig zyt. Hevige gistingen, krampen, vroegtydige weeën, bloedvloeijingen, miskraamen en een zwaar kraambed zyn de gewoone treurige gevolgen der verwaarlozing van dezen regel. Uwe lichaamsvrucht zal insgelyks de kwaade werkingen van deze levenswyze niet ontgaan. Schoon dezelve het daglicht mogt aanfchouwen, brengt zy echter, met haar verhit fcherp bloed, eene ongelukkige gelegenheid gevende oorzaak tot veele fmertlyke en gevaarlyke ziekte mede ter waereld. — Maar eilieve! myn heer de doctor! gy verbied ons zo doende alles: wy moeten evenwel niet geheel en al honger lyden? Geduld, myne fchoone lezeresfen, dat moet gy zeker niet; ik heb u deze verzekering reeds eens gegeven. Behalven bovengenoemde fpyzen zyn er nog zeer veelen, die u in uwe omftandigheden

dienstig en geoorloofd zyn. Hiertoe behoort *allerlei vleesch van tam gevogelte en jonge dieren — kalfsvleesch, malsch rundvleesch, jong wildbraad matig en niet te dikwyls gegeten, verſche malſche visch, karper, ſnoek, forellen. Ryst, dunne vleeschſoppen, wortelſpyzen, kreeftenſop, havergort, grutten, ſpinagie, geſtoofde ſalaad, endivie, een weinig raauwe ſalaad, zagt gekookte eijeren, doch meer het geele dan het witte daarvan, geſtoofd ooft, appelen, peeren, kwetzen, pruimen, en goed wel gaar gebakken tarwen brood* enz. Zie daar immers ſpyzen genoeg, van dewelken gy vryheid hebt te kiezen. Doch in het algemeen moet ik hier nog eens herïnneren, dat de gewoonte in het eten en drinken hier ongemeen veel doet, en dat uit dien hoofde ook niet alles op al myne lezeresſen, maar voornaamlyk alleen op de tederen en zwaklyken onder dezelven, past. Want, hoe gezonder en ſterker gy zyt, des te minder angstvallig behoeft gy in de keus uwer ſpyzen te zyn. Echter moet gy ontwyfelbaar nadelige gerechten, alsmede onmatigheid vermyden; want zelfs de beste gezondheid, kan door eenen kwaaden ongeregelden leefregel bedorven worden. — Ook ten aanzien van het jaargetyde zelve is het nodig, onderſcheid te maken, zo in de keus als hoeveelheid der ſpyzen. Wyl gy in den winter gemeenlyk minder beweging hebt, is het goed, ook minder, of, ten minsten, ſpyzen te eten, die licht verteren. Maar des zomers moet gy u inzonderheid voor te veele vleesch- en alle verhittende ſpyzen wachten,

en meer verſche tuinvruchten, moeskruiden, ſalaad en ooft, doch nooit te veel op eens, eten; want dezen zyn het best geſchikt, om de neiging tot veele in dit jaargety gewoone ziekten te wederſtaan. Voor het overige zult gy zeer wél doen, wanneer gy een weinig na den maaltyd eene zachte beweging neemt, en des avonds niet te laat, en niet te veel eet, ten einde gy met geen volle maag naar bed behoeft te gaan. Doch bid ik u, den gulden regel, van langzaam te eten, en alles wél te kauwen, niet te vergeten.

Ik heb u nu lang genoeg over het eten onderhouden, en ik kan het u in de de daad niet kwalyk nemen, indien gy dorstig zyt. Het zal juist niet nodig zyn, u met veel omſlachtigheid van de noodzaaklykheid van het drinken te overtuigen; doch wyl het evenwel dikwerf door u nagelaten word, zal ik er ſlechts een woord van zeggen, wyl veelen van uw geſlacht zich verbeelden, zeer veel gedaan te hebben, wanneer zy dagelyks eenige kopjes koffy of thee drinken. Deze geringe hoeveelheid is op verre na niet toereikende, om de vochten te herſtellen, die door de onmerkbaare uitwaasſeming, en andere ontlastingen verloren gaan. Genoegzaame drank moet het bloed vloeibaar en in die maſſche hoedanigheid houden, zonder welke onze gezondheid niet wel kan beſtaan. Door gebrek aan vochten worden de ſpyzen niet behoorlyk verdund, ontbonden en verteerd, het voedingsſap verkrygt zyne nodige hoedanigheid niet, alle

andere ſappen worden dik, taai, ſcherp; er ontſtaan traagheden, verſtoppingen, krampen, hardlyvigheid en eene menigte van andere kwalen. Gy moet zelfs, zonder dorst te hebben, dagelyks eene behoorlyke hoeveelheid drank gebruiken, indien gy gezond wilt blyven. De gewoonte zal u dit eindelyk zeer gemaklyk maken, wanneer gy er ſlechts eerst de goede gevolgen van ziet. Onder alle dranken is er geen, die beter met uwe natuur overeenkomt en gezonder is, dan het water. Het moet helder, zagt, ligt en ſmaakloos zyn, en de peulvruchten zeer gaar en wél koken, indien het al de goede hoedanigheden zal hebben, die er in vereischt worden. Gy zult derhalven zeer wél doen, wanneer gy hetzelve over tafel in behoorlyke hoeveelheid, en naar goedvinden met een weinig wyn gemengd, gebruikt; wyl hetzelve zich met alle ſpyzen verdraagt, en dezelven het best ontbind. Tusſchen de maaltyden kunt gy niet licht te veel drinken; maar over tafel is te veel drank u niet dienstig, wyl het de vertering belet, en de maag te zeer opblaast. Mineraale wateren worden over tafel zeldzaamer gedronken, of het behoorde ten minsten zelden of nooit te geſchieden. Het gebruik van ſterke mineraale wateren, als by voorbeeld *Schwalbacher*, *Fachinger* en *Pyrmont water* mag u niet algemeen aangeraaden, maar alleenlyk op voorſchrift van eenen geneesheer toegelaten worden. Doch minder ſterke mineraale wateren, als *Embſer*, *Selzer*, en inzonderheid *Schwalheimer water*, kunt gy

zonder gevaar drinken zo veel het u belieft. Het laatste voornaamlyk met een weinig melk, of des namiddags, in den zomer, met zeer weinig wyn gemengd, en matig gebruikt, is voor u de heerlykste en verkwikkendste drank, wanneer byzondere omstandigheden het gebruik van hetzelve niet ganschlyk verbieden (*f*). Doch het zoete versche bronwater verdient in zo verre den voorrang, wyl men het over al versch kan hebben, en in het algemeen, zonder uitzondering, mag aanraden. Maar het smaakt evenwel nergens naar, zult gy zeggen. Het smaakt zeker zo goed niet als koffy of chocolaad, maar juist deszelfs smaakloosheid is een bewys, dat het recht gezond is. Al de dranken, die u de tong op zulk eene aangenaame wyze kittelen, zyn u schier altyd meer of minder nadelig, het welk inzonderheid van de heete en geestige dranken waar is. ——

(*f*) Zo nuttig de minerale wateren in verscheide gebreken zyn, even zo kunnen zy wederom, schoon niet op een en dezelve wyze, zeer schadelyke gevolgen voortbrengen, vooral wanneer zy in lichaamen komen, in welke of een volbloedigheid, of onderscheide verstoppingen, of eene ophoping van bedorve stoffen in de ingewanden e. z. v. plaats heeft: zeer gegrond zegd dierhalven onzen schryver, dat die wateren alleen kunnen gedronken worden, wanneer er geene omstandigheden voorhanden zyn, die het gebruik derzelve verbieden; maar zoude het uit dien hoofde ook niet allerveiligst zyn, diergelyke wateren nimmer willekeurig te gebruiken, en voor het gebruik derzelve eerst eenen geneesheer te raadplegen? op dat men niet door het lichaam te willen gezond maken, 't zelve tot veelerlei ziektens voorbereide.

Ik kom tot de warme dranken. Tot de *thee*, *koffy* en *chocolaad*, over welker nadeligheid reeds zo veel, en wel te vergeefs gezegd is. — Of ik wel een beter lot zal hebben, en of het my hier niet even als veelen van myne heeren medebroederen zal gaan, zal ik aan zyne plaats laten, en my dierhalven bevlytigen, om juist den middenweg te houden; en hoop deswegen ook te meer gehoorzaamheid by u te ontmoeten, wyl ik u juist niet alles zal verbieden. De warme dranken zyn altyd meer of minder nadelig naar de gesteldheid des lichaams, van het jaargety, der menigte, waarin zy gebruikt worden, en naar de hoedanigheid der vreemde deelen, die er by gemengd zyn. De thee, het kruid van eene Chineesche of Japansche plant, doet eigenlyk geen kwaad als thee, want zy heeft zeer weinig werkzaame deelen, zo als zy by ons gedronken word, maar het warme water is eigenlyk het geen onzer gezondheid het nadeligst is, doordien het de maag verslapt, de verteringskrachten vermindert, te veel zweet verwekt, en daar door het bloed van deszelfs nodige vochttigheden berooft. In het algemeen genomen doen de warme dranken, matig gebruikt, zo veel nadeel niet; want *weinig* doet, gelyk men weet, weinig nadeel; doch zy zouden nog veel minder nadeel verwekken, wanneer wy ze enkel als geneesmiddelen gebruikten. Een kopje is u derhalven nooit minder nadelig, dan in den winter, als het zeer koud is, en gy u lange in de koude hebt opgehouden, uwe uitwaasseming ge-

ſtremd is, en gy daarvan eene zekere zwaarte of mattigheid beſpeurt; alsdan neemt zy de oorzaak weg, herſtelt de uitwaasſeming, en maakt u weêr gezond. Doch in den zomer zou ik u, wanneer gy niet zonder dezelve wilt leven, of gewoon zyt, des morgens iets warms te drinken, ſlechts één kopje veroorloven. Zy mag echter, even zo min als andere warme dranken, te heet gebruikt worden, wanneer dezelve niet dubbel nadelig zal zyn. De gevolgen, welken uit het misbruik van dezelve, en in het algemeen van de warme dranken voordvloeijen, ontſtaan wel langzaam, doch zyn daarom niet minder van gewigt. Uwe vezelen worden ſlap, gy verliest uwe ſchoone verwe, word bleek, opgeblazen, zwak, klaagt over verlies van eetlust, kwaade ſpysvertering, drukking der maag, winden, ongeregeldheid in zekere omſtandigheden, hartkloppingen. opſtygingen, krampen, beving, ſlaauwten, bleekzugt, onvruchtbaarheid enz. ——

Het geen ten aanzien van het warme water van de thee gezegd is, geld ook van de koffy. Maar wyl de koffy op zichzelve meer werkzaame deelen bezit, kan zy uit dien hoofde ook meer of minder nadeel en nut doen. De goede werkingen van dezelve beſtaan hierin, dat zy de ſpysvertering, den omloop des bloeds, en de afſcheiding van het zweet bevordert, de al te dikke, taaije, ſlymige ſappen een weinig ontbind, en eindelyk ook ontlasting maakt. Over het algemeen is derhalven het matig gebruik van

de koffy veel minder nadelig, dan het matig gebruik van de thee. Daartegen kan het misbruik van de koffy nog veel gevaarlyker worden, dan dat van de thee. Om deze reden zou ik alleen zulken myner lezeresfen, die eene zwakke maag hebben, of, willen hebben, om niet gansch onbarmhartig te zyn, na den maaltyd veroorloven, een, of ten hoogften twee kopjes, met zekere bepaling, te drinken. Vooreerst, wanneer zy er aan gewend waren, en geen kwaade werkingen, als hevige gisting, beving, duizeligheid, bloeden uit den neus enz. daar van befpeuren. Ten tweeden moet zy niet te fterk, ook niet te flap, en voornaamlyk niet te fterk gebrand zyn. Als zy te flap is, doet het warm water het meeste kwaad, want de beftaandeelen der koffy gaan door de altefterke verdunning, herhaalde afkoking, en door de bymenging van andere wortelen verloren. De olie is eigenlyk het werkzaamfte gedeelte van de koffy, word dezelve met te weinig water gemengd, is de koffy te fterk, word zy in te groote hoeveelheid gedronken, of te fterk gebrand, dan word zy al te verhittende, werkt meer op de zenuwen, en brengt al de tegengeftelde kwaade gevolgen voord. Voor u kan zy dubbel nadelig worden, doordien zy u gisting, hitte, zenuwtrekkingen, beving, hartkloppingen, flaaploosheid, verftoptheid, droogte des lichaams; verlies van eetlust, uitflag in het aangezigt, bloedvloeijing, en zelfs een vroegtydige bevalling kan veroorzaken. De doorgezegen koffy is, volgens het algemeen

gevoelen, beter dan de gekookte, doordien door het lang koken van dezelve te veel werkzaame deeltjes verloren gaan. By het kleinzen of doorzygen worden de olieächtige vluchtige bestaandeelen wegens de snelle bereiding niet verstrooid, zy worden door het kokend water volkomen ontbonden en by hetzelve gemengd. —— De grovere, aangebrande aardachtige deelen daartegen blyven in den kleinsdoek. De *melk* of de *room* matigt eenigzins de verhittende eigenschap der koffy, en ik zou deswegen ook aan alle myne lezeresfen aanraden, dezelve daar mede te mengen, wanneer zy ze kunnen verdragen, dat is te zeggen, wanneer zy er geen ongemak op bespeuren, als pyn in het lyf, oprispingen. winden enz., en geen zuur in de maag, of kort te voren zuure spyzen gebruikt hebben. Doch het sterk gebruik van enkele melk is zwangeren niet aanteraden, voornaamlyk niet, wanneer zy haar walging, drukking der maag en winden veroorzaakt, en wanneer zy buiten dien eene zwakke maag hebben. —— De suiker zelve bezit ook de hoedanigheid van het verhittende der koffy een weinig te matigen. Zy heeft volgens de waarnemingen der grootste geneesheeren, eene zeepachtige ontbindende kragt, waardoor zy de slym smelt, ontbind en verdunt; doch in te groote hoeveelheid gebruikt, is zy van eene tegengestelde werking, doordien zy de sappen te zeer verdunt, de vaste deelen verslapt en zelfs slym verwekt. Gy ziet zelve hieruit, dat by het gebruik van dezelve de matigheid niet minder

in acht moet genomen worden. — Ik ga nu over tot eenen anderen van uwe geliefde dranken — tot de *chocolaad.* Deze heeft inzonderheid eene voedende kracht, en is, als een geneesmiddel gebruikt, niet zonder nut. Zy dient byzonder lieden, die door ſterk verlies van bloed of andere vochten hunne krachten verloren, en eene ſoort van uittering hebben; maar zy moet dan zeer weinig of geen ſpecerykruid bevatten, en, volgens het voorſchrift van den heer ZIMMERMANN, met een weinig havermeel en met melk bereid zyn. Het misbruik der chocolaad is zeer nadelig. Zy is inzonderheid niet dienstig voor zieklyke hypochondrieke lieden en die met opſtygingen gekweld zyn, wyl de *cacao*, waaruit zy bereid word, voor dezelven te moeilyk om te verteren is. Voor vette, volbloedige lieden deugt zy nog minder, wyl zy dezelven ſteeds volbloediger, en tot veele daaruit ontſtaande krankheden geneigd maakt. — De veele ſpeceryën maken dezelve in het algemeen zo nadelig, waaronder men voornaamlyk telt de banille, de kaneel, de kruidnagelen en de peper; wanneer dezen er in te groote menigte mede gemengd zyn. Zulke chocolaad verwekt gisting, hoofdpyn, benauwdheden, duizeligheid en veelerlei toevallen van opſtygingen. Ik zou juist om die reden mynen lezereſſen het dagelyks gebruik van dezelve in het algemeen afraden, doordien zy, gelyk reeds gezegd is, te veel voed, haar te volbloedig maakt, en uit hoofde der ſpeceryën het bloed te veel verhit. Indien myne ſchoone

lezeresſen, nu en dan, evenwel gaern een kopje chocolaad wilden drinken, zou dezelve ſlechts zeer dun, en niet met te veel ſpeceryën bedorven moeten zyn.

De *punsch* is eigenlyk geen drank voor vrouwen, en dus zal ik er ook niet veel van zeggen (*g*). Een glaasje zou juist in den winter,

(*g*) Indien onzen ſchryver de nederlandſche leefwyze nader bekend waare, zoude hy zonder twyffel van het tegengeſtelde zyner gezegdens overtuigd zyn. De nederlandſche vrouwen beminnen dien drank buitengewoon, en gebruiken denzelven wel voornamelyk onder voorwendzel van alle geestryke dranken, als wynen, liqueuren e. z. v. te willen vermyden; hoedanig men egter in dit geval zich zelven bedriegd, en vooral wanneer de *punsch* met zeer veel rum, arak, brandewyn, of ook citroenſap of andere welriekende en heete olie voorzien is, heeft den heer UNZER, in zynen fraaijen Artz, breedvoerig aangetoond, en duidelyk bewezen, dat die drank, vooral zo als zy in ons land bereid word, uit hoofde van haare verhittende eigenſchap, in menigte gebruikt, even zo ſchadelyk is als alle andere geestryke dranken, en uit dien hoofde agte ik het nodig, onze nederlandſche vrouwen voor het te veelvuldig gebruik van dezen drank te waarſchouwen, en byzonderlyk voor de ſchadelyke gewoonte, om dezelve als een geneesmiddel in de zogenoemde verkoudheid te gebruiken; want ofſchoon men niet ontkennen kan, dat een drank uit enkelde thee, ſuiker, en een weinig rhynſche of franſche brandewyn, de uitwaſeming en het wateren eenigzints bevorderen, en dus ſomwylen eenig nut hebben kan, is men egter aan den anderen kant overtuigd, dat de *punsch*, zo als zy gemeenlyk klaar gemaakt word, te zeer verhittend en aanzettend is, waar door zy eene verkoudheid (met welke al menigmaal eene ligte ontſteking verzeld gaat, wanneer ook alle verhittende zaken hoogst vermeden moeten worden) veel verergeren kan, en in eene gevaarlyke ziekte doen overgaan; en hetzelfde valt ook aan te merken ten opzichte van het gebruik van de *hypocras* en de *bisſchop*, altemaal verhittende dranken, welken ons lichaam zeer zelden dienstig zyn.

als het hard koud is, geen nadeel doen. Doch zwangeren doen beter, wanneer zy er zich geheel van onthouden. Het misbruik van dien drank heeft al de kwaade gevolgen met de andere geestige, verhittende dranken gemeen. —

Limonade, een zeer bekende drank, die uit citroenen, ſuiker en water bereid word, is voor alle vrouwen, inzonderheid in den zomer by groote hitte, matig gedronken, zeer dienstig (*h*).

Het *bier* is voor zulke myner lezeresſen, die er aan gewend zyn, het gaern drinken, veel beweging hebben, en in het algemeen een werkzaam leven leiden, wanneer het matig gedronken word, insgelyks geen nadelige drank. Doch er moet niet te veel hop in zyn, en het moet behoorlyk uitgegist wezen. Te dik vet bier word door zwakke lieden niet naar behoren verteerd, veroorzaakt dik ſlymig bloed en alle daar uit ontſtaande kwaalen (*i*).

(*h*) Te regt raad de ſchryver *de limonade matig te drinken;* want hoe onſchadelyk deze drank ook algemeen beſchouwd word, is zy egter voor een zwakke maag, die zy meer verzwakken zal, niet zeer dienstig, en vooral voor zwangere vrouwen, vermits dezelve meestendeels met het zuur in de maag gekweld zyn, en 't welk door een veelvuldig gebruik van het citroenſap merklyk kan vermeerdert worden; waarom het ook niet ondienstig zoude zyn, wanneer men limonade drinken wil, dat men er wat ſap van oranje of curasſauw-appelen onder mengde, 't welk zo wel de ſmaak als hoedanigheid verbeteren zal.

(*i*) Hier by zoude men nog kunnen voegen, dat het bier noch te versch noch te oud zyn moet, vermits het eerſte veele winden en zelfs eenen buikloop zoude kunnen veroorzaken, en het laatſte een ſterk zuur

De *appelwyn*, welke uit rype appelen bereid, niet te zeer gezwaveld en wél uitgegist is, kan u, matig gedronken, even zo min nadelig zyn.

De *wyn* is zeker niet alleen voor het manlyk geflacht beftemd. En de wet van Karthage, welke den nieuwgetrouwden alle gebruik van denzelven verbood, was indedaad een weinig hard, en past niet wél op onze tyden. Het gebruik van den wyn werd by die wet verboden, ten einde het misbruik van denzelven des te eerder te verhoeden. Maar, waarom zou ik u niet veroorloven, zomwylen een goed glas wyn te drinken, wanneer gy by voorbeeld fpyzen gebruikt hebt, die een weinig zwaar te verteren zyn, en gy vóór het overige gewoon zyt, dien te drinken? Het fpreekt van zelve, dat alsdan een daarop volgend kwalyk bevinden en byzondere omftandigheden het gebruik van denzelven niet verbieden. Doch het is niet om het even, welken wyn gy drinkt, de vreemde, voornaamlyk zoete wynen, welken nog niet geheel uitgegist hebben, en te geestig zyn, kunnen u niet met voordeel voor uwe gezondheid aangeraden worden. — Voor het overige moet gy u

in de maag verwekt, over welk gebrek de zwangere vrouwen reeds buitendien veelal klagen (zo als even gemeld is); het beste bier is dierhalven, welk, buiten de vereischte hoedanigheden van den fchryver gemeld, ook van eenen middelbaren ouderdom, in maart, april, of ten minften in een gematigd faifoen gebrouwen, en eindelyk niet al te fcherp is; by alle deze goede hoedanigheden nochtans moeten volbloedigen dezen drank vermyden, zo zy nog niet volbloediger willen worden.

van de ſterke vreemde wynen in het geheel niet, of ſlechts als een geneesmiddel, en nooit uit gewoonte bedienen. Goede, zuivere rhynſchen wyn is voor de vrouwen, in onze gewesten, het dienstigſte. Gy doet zeer wel, wanneer gy denzelven alleen over tafel, en, gelyk reeds gezegd is, met een weinig water gemengd, gebruikt. Voor zulken myner lezeresſen, die een eenigzins droog en prikkelbaar lichaam hebben, is, in het algemeen genomen, de witte wyn gezonder, dan de roode; wyl de laatſte de ſappen verdikt en de vaste deelen uitdroogt (*k*).

Van de *liqueuren en andere geestige dranken* zal ik verders niet veel meer zeggen, wyl ik niet geloof, dat myne lezeresſen er dikwyls gebruik van maken. En ik ſchaam my ſchier des te meer, u voor het misbruik van den wyn, en het

(*k*) Deze herinnering komt wel voornamelyk in ons land te pas, alwaar men inderdaad met de roode wyn zeer ingenomen is, en dezelve uit hoofde van de byzondere geäartheid van ons gewest, en wel juist om dat zy zamentrekkende is, boven alle andere wynen verkiest, (met recht zoude men kunnen vragen, waarom in zodanig land dan zo veel koffy en thee gedronken?) daar echter uit het gezegde, gebleken is, dat de roode wyn voor alle geſtellen niet dienstig is; waarby nog in aanmerking komt, dat zy zeer ſtoppende is, en dus den afgang, in den zwangeren ſtaat algemeen niet zeer gemakkelyk, zeer hinderlyk kan zyn, zoude ik myne lezeresſen zeer aanraden, alle vooringenomenheid te laten varen, en by aldien zy geen zuur in de maag hebben, liever een glaasje rhynſche dan roode wyn te drinken. Te meer grond heeft men dezen mynen raad op te volgen, wanneer men bedenkt, dat de roode wyn veel meer dan de rhynſche aan het zo ſchandelyk bedrog van ſchadelyke vermengingen &c. onderworpen is.

gebruik van alle afgetrokken geesten en liqueuren te waarfchouwen, aangezien de onthouding in dit ftuk voorzeker geen zeldzaame deugd by u is. Doch gy zult het my wel willen vergeven, wanneer ik het om de orde en den zamenhang doe. De liqueuren en gedistilleerde geestige dranken, doen u des te meer nadeel, hoe fyner en geestiger dezelven zyn; zy prikkelen de zenuwen, brengen by u voornaamlyk het bloed in de hevigfte gisting, en kunnen duizenderlei treurige uitwerkingen veroorzaken. Hoe ongelukkig is zo eene van uw geflacht, die zig van de rampzalige gewoonte laat beheerfchen om dronkenmakende dranken te misbruiken! Indien deze kwaade, nadelige drift by mannen berisplyk is, gelyk een ieder bekent, is dezelve by vrouwen immers fchandlyk — affchuwlyk — en voor uwe gezondheid veel nadeliger, wyl de natuurlyke zwakheid van uw lichaam, u reeds gefchikt maakt, om alle kwaade gevolgen van eenen verwaarloosden leefregel eerder en in eenen veel hoogeren trap te voelen. Aan hoe veel gevaar ftelt zig daarenboven iemand, wiens verftand beneveld is, door vallen, ftoten enz. niet bloot! En hoe fchriklyk kunnen de gevolgen voor u, en voor de onfchuldige vrucht uws lichaams worden! — Wanneer dan zulk eene ftrafbaare moeder door gevaarlyke heete ziekten, door dodelyke bloedvloeijingen overvallen word, dikwyls te vroegtydig bevalt, en niet dan ellendige, ongezonde kinderen ter waereld brengt, heeft zy het alleen aan haare rampzalige levenswyze toete-

fchryven. Doch vergeeft het my, myne lezeresfen, wanneer ik, misfchien, hierdoor uwe kieschheid beledige, dat ik u over de gevolgen eener ondeugd onderhoude, waarvan gy vry zyt! Myne verwyten betreffen alleen dezulken, die onbedachtzaam genoeg zyn, om zig van zulk eene fchandelyke gewoonte te laten beheerfchen. Dan dezen verdienen niet, onder het fchoone geflacht geteld te worden! —



DERDE AFDEELING.

Over de beweging en rust der zwangeren.

Het gaat hier ten aanzien der *beweging*, als by het eten en drinken. Eene beweging, overeenkomstig de krachten des lichaams, is zonder tegenſpraak het voornaamſte middel om de gezondheid te bewaren. — De goede of kwaade ſpysvertering, de bereiding van het voedingsſap, de omloop des bloeds, de daarvan afhangende afſcheidingen en ontlastingen, de voeding van ons lichaam, ſtaan met de beweging, die wy ons geven, in de nauwſte betrekking. Gy kunt niet geloven, hoe voordelig derhalven de beweging voor u is, en welk eenen grooten invloed zy op uwe gezondheid heeft. Als de omloop des bloeds, gelyk ook de onmerkbaare uitwaasſeming door de huid daardoor vermeerderd word, worden de overtollige vochten weggenomen, het lichaam zelf geſterkt, en tot de nodige verrichtingen bekwaam gemaakt, welken dan nooit beter geſchieden. Als gy de ſpyzen wél verteert en goed bloed bereid, blyft gy zelve gezond, en uwe lichaamsvrucht bekomt dan ook gezond en wélbereid voedzel, waarvan, gelyk gy weet, derzelver geheele gezondheid, ſterkte en was-

dom afhangt. Hoe groot nog daarenboven de invloed der beweging op de opgeruimdheid des gemoeds is, dit zult gy gewislyk na elke wandeling op zigzelve kunnen ondervinden. — Het gebrek aan beweging daartegen verwekt alle tegengeſtelde kwaade uitwerkingen, als verlies van eetlust, kwaade ſpysvertering, verzameling van rauwe, ſlecht bewerkte ſappen, vermindering van den omloop des bloeds en van alle affcheidingen en ontlastingen, verſtoppingen, ſtyfheid en zwakheid der leden, traagheid van den geest, aambeijen, beroerten en waterzugt. En hoe veel te meer moet het teder verborgen ſchepzel daardoor lyden! — Ik zou de lyst der kwaade toevallen zeer gemaklyk nog grooter kunnen maken, indien ik niet dagt, dat myne lezeresſen daardoor reeds genoeg van het nadeel eener geſtadig zittende levenswyze overtuigd waren. — Doch zo zeer ik u eene matige beweging, geſchikt naar de krachten des lichaams, heb aangeraden, even zo zeer moet ik u echter ook voor alle al te ſterke bewegingen waarſchouwen, waarmede ik inzonderheid lopen en ſpringen bedoel. — Veele lieden zondigen hierin, ten grootſten nadeele hunner gezondheid, het meest, wanneer zy, zelden buiten het huis komende, dan op eens alles willen goed maken, wat zy tot dus verre verzuimd hebben. Hoe heviger de beweging is, hoe ſterker het bloed ook natuurlyk in het lichaam omgedreven word, er kunnen derhalven, inzonderheid by volbloedige en aandoenlyke zwangeren, de hevigſte ontſtekings-

koortſen, beroerten, bloedvloeijingen, vroegtydige geboorten of miskraamen ontſtaan, welk laatſte des te eerder in de eerſte maanden der zwangerheid plaats heeft, wyl alsdan de vrucht nog zeer zwak is en los met de baarmoeder zamenhangt, en dus des te eerder losgerukt kan worden. Deze gevolgen moeten, zonder tegenſpraak, nog veel gevaarlyker zyn, en te eerder kunnen ontſtaan, wanneer zulk eene hevige beweging nog daarenboven by zeer heet weeder, of wanneer men het lichaam te voren zelfs met heete ſpyzen overladen, en zig van verhittende dranken bediend heeft, ondernomen word. Het is dus niet onverſchillig, op welken tyd gy u beweging geeft. In den zomer moet gy, zo het mogelyk is, alleenlyk des morgens vroeg en des avonds, doch in den winter des namiddags gaan wandelen. Nooit moeten zwaklyke lieden aanſtonds na den maaltyd, voornaamlyk in den zomer by zeer heet weeder, eene eenigzins ſterke beweging maken, wyl de ſpysvertering alsdan te ſchielyk, en juist daarom onvolkomen geſchied. Het is ook niet hetzelfde op welke wyze gy u beweging geeft. Er zyn verſcheiden lichaamsoefeningen en houdingen des lichaams, die u meer of minder nuttig of nadelig kunnen zyn, en zommigen, die gy geheel moet vermyden. Ik zal de eer hebben, u dezelven nader te leren kennen.

Het *gaan* op den gelyken grond is van alle ſoorten van beweging de voordeligſte, hoewel niet de gemaklykſte voor u. Zy verdient boven alle anderen den voorrang, doordien alle

deelen des lichaams alsdan gelykmatig bewogen worden, en de goede uitwerkingen der beweging ondervinden. Alleenlyk moet gy u voor vallen en ſtoten in acht nemen, want elke eenigzins hevige ſtoot, die de plaats der baarmoeder treft, kan de tedere leden der vrucht verſchuiven, eene ontydige geboorte, eene miskraam, en andere ongemakken veroorzaken. Gy moogt derhalven nooit in het duister, en nog veel minder in den winter by yzel, als de ſtraaten glad zyn, zonder leidsman uitgaan. Het best is, dat gy met de beweging te voet zo lange aanhoud, tot gy eene kleine vermoeidheid begint te voelen. Volgens de ſtrengſte regelen der gezondheidsleer, moet elke beweging, voornaamlyk te voet, in het begin langzaam zyn, dan ſterker worden, en als men haast aan de plaats der beſtemming is, weêr een weinig afnemen.

Het *ryden* op gelyke wegen, in een gemaklyk rytuig op riemen, kan zwangeren onmogelyk nadeel doen, doch het is ſlechts eene ten uiterst zagte beweging, die ten hoogſten voor zwaklyke lieden genoegzaam is. Maar de rigting van den buik, en het geſtadig hangen der voeten bederft, aan den anderen kant, weêr zeer veel. Het langdurig hard ryden, op zeer ſlechte, hobbelige wegen, in rytuigen, die ſtoten, zo als by voorbeeld postwagens, moeten zwangeren boven alle dingen vermyden, want de geweldige ſchokking, die de buik daarvan heeft te lyden, kan u niet anders dan nadelig zyn. Het zelfde geld ook, in eenen nog

hoogeren trap, van het te *paerd ryden*, voornaamlyk van het *hard ryden*, ook zelfs, wanneer gy u van eenen dwarszadel bediende. In de laatste maanden der zwangerheid mochten myne lezeressen wel geen groote begeerte tot het te paerd ryden hebben, en van rechtswege moesten zy het ook in het begin van dezelve nalaten, wyl alsdan de kwaade gevolgen van elke schokking des buiks, aangezien zy van een teder maakzel zyn, gelyk ik reeds dikwyls gezegd heb, en nooit dikwyls genoeg kan herhalen, veel eerder by haar kunnen ontstaan, en gevaarlyker voor haar worden. Het *sledoryden* zou op zichzelven geen nadelige beweging voor zwangeren zyn, indien zy alsdan door genoegzaam warme kleding het onderlyf tegen de koude bewaarden, maar, wyl zy aan het gevaar blootgesteld zyn, van omgeworpen te worden: doen zy beter, hetzelve geheel natelaten. VAN SWIETEN zag hevige bloedvloeijingen daarop ontstaan. (*l*)

(*l*) By gelegenheid dat hier van ryden gesproken word, agte ik het niet ondienstig eene herinnering te doen, die, offchoon hier niet ter behoorlyke plaats staat, egter wel de aandagt van myne lezeressen verdiend; ik bedoel hier eigentlyk de thans heerschende mode, om in het vallen van den avond met opene rytuigen buiten de stad te ryden, en dit nog wel in de lente of in de herfst, hoe onschuldig zulk plaiziertogje ook van u betragt word, en hoe veel geneugen het uw verwekken zal, moet ik egter als geneesheer uw met weinig woorden zeggen, dat zodanig reisje uw zeer schadelyk zyn en veele ziekten verwekken kan, en gy het uit dien hoofde, vooral wanneer gy zwanger zyt, vermyden moet, het is uw bekend, dat de avondluchten in ons land, zelfs midden in den zomer zomwylen zeer koud

Maar nu kom ik aan eene ſoort van beweging, die gy ſchier allen bemind, en die u echter uit meer dan eene oorzaak zeer nadelig kan worden. Schrikt nu niet! —— Ik meen het *dansſen.* —— Dat ik voornaamlyk al het ſterk dansſen, als contredansſen, zwabiſche, duitſche, franſche en engelſche dansſen bedoel, zult gy zonder myne herïnnering begrypen. Hier geld alles te gelyk, wat ik u kwaads van de verhitting en ſterke ſchudding des lichaams voorſpeld heb. Doch, ten einde gy my niet voor te wreed zoud houden, zal ik u evenwel in de eerſte helft uwer zwangerheid veroorloven, een paar menuetten te dansſen; en meer kan ik met goed geweten niet doen: want ziet! de heer FRANK is noch onbarmhartiger tegen u, als hy zegt: „tot op de helft kan men zulks nog wel laten toegaan; maar het is zo moeilyk, zich hier altyd veel matiging te beloven, dat ik liever zou willen raden, deze ſoort van beweging ganschlyk te verbieden." Ik laat de beſlisſing, of hy volkomen gelyk heeft, aan u zelven over. ——

Er zyn nog meer dingen, die u dikwyls niet gevaarlyk voorkomen, en het echter kunnen

en guur zyn kunnen, en zult gy dan met my niet willen toeſtemmen, dat, wanneer gy u in uwe zomerklederen aan zodanige avondlucht bloot ſtelt, zelfs tevens de oorzaak kunt worden, dat gy van verſchillende ongemakken overvallen word? met zeer veel grond hoorde ik onlangs eenen voornaamen geneesheer, by het zien van zodanig rytuig, in het vallen van den avond, zeggen; *waarlyk aan deeze niewe uitvinding hebben de praktizeerende geneesheeren zeer veel verpligting.*

worden; alle beweging des lichaams, waarby gy den adem lang moet inhouden, dikwyls vernieuwen, of te ſnel uit blazen, moet gy insgelyks geheel vermyden, of ten minsten trachten te matigen. Hiertoe reken ik voornaamlyk het rekken en reiken naar hooge dingen, het ſchongelen, het beuren en dragen van zwaare lasten, het hard ſchreeuwen, zingen, lachen, niezen enz. Want hier door drukken het middenrift, de buikſpieren en darmen meer of minder, op de volle baarmoeder, en kunnen zeer licht eene vroegtydige of ontydige geboorte en veele andere kwaalen te wege brengen. Het ontbreekt aan geen treurige voorbeelden, welken het gewigt van deze voorzichtigheid buiten allen twyfel ſtellen. Zo zag VAN SWIETEN eene zwangere ongelukkig worden, als zy een kind van twee jaaren, hetwelk gevallen was, ſchielyk wilde opbeuren.

Ik moet, overeenkomstig myn ontwerp, nu ook iets van de rust, en de nadelige en bekwaame houding des lichaams met u ſpreken. Van de noodzaaklykheid der rust heb ik ſchier in het geheel niets te zeggen; want, dat gy moet uitrusten, als gy moede zyt, zal ik u niet behoeven te herïnneren. Het verdere zult gy in de volgende afdeling horen, by gelegenheid, dat ik van den ſlaap zal ſpreken; maar de houdingen, welken zwangeren by het uitrusten en tot gemak nemen, verdienen alle opmerkzaamheid. Het *ſtaan* behoort in den ſtrengſten zin ook mede onder het rusten. Het is echter niet no-

dig, u het nadeel van het al te lang ſtaan te doen begrypen, wyl de ongemaklykheid, die gy er by ondervind, van zelve dwingt, deze houding te vermyden, of met het zitten te verwisſelen. Van het *nadeel* van het al te lang zitten heb ik u reeds, zo ik hoop, genoeg overtuigd. Het komt hier alleen voornaamlyk aan op de houding des lichaams, en inzonderheid des onderlyfs. Het word billyk onder de tegennatuurlykſte houdingen des lichaams, gerekend, en het daaruit ontſtaande nadeel is indedaad nog veel aanmerklyker, wanneer gy by uwe bezigheden lange met een voorovergebogen lichaam zit. Alle bezwaardheden van eene kwaade ſpysvertering, en van eenen beletten omloop, hoofdpyn, duizeling, mislykheden, ſtolling en verzameling van bloed in den buik, gezwollen aderen aan de beenen, hevige rugpyn, aanvallen der aambeijen enz. zyn er de natuurlyke gevolgen van. Veele geneesheeren en vroedmeesters gaan nog verder: zy willen zelfs, en voorzeker met veel waarheid, moeilyke verlosſingen, aanwasſen der nageboorte, gevaarlyk kraambed, en duizend erge toevallen daarvan afleiden. Wanneer gy dit alles bedenkt, zult gy zekerlyk voorzichtig zyn, en u zelve niet ongelukkig willen maken. De gemaklykſte, voordeligſte en gezondſte houding om uitterusten, is, en moet dus die zyn, waarby het onderlyf het minst gebogen, geperst, en de beenen een weinig uitgeſtrekt zyn, met één woord, de *halfliggende houding*, waarvan gy u alleen op uwe ſopha's en canapeën bedient, wan-

neer gy alleen zyt, gelyk de heer ZÜCKERT zegt. In geen houding des lichaams gaat de omloop van het bloed gemaklyker en beter, in geen andere bevind zig dus ook de lichaamsvrucht beter, dan in deze, wyl dezelve van geen zyde gedrukt en geperst word. Maar, dat het aangenaame dezer houding u niet moet verleiden, om minder, dan anders, te gaan, en gy u van dezelve alleenlyk dan met regt en nut moogt bedienen, wanneer gy genoegzaame beweging genomen hebt, en een weinig moede zyt, moet ik u nog eens ernſtig herïnneren.



VIERDE AFDELING.

Over het ſlapen en waken der zwangeren.

Het is den meesten myner lezeresſen, uit eigen ondervinding bekend, dat de krachten, welken men door de dagelykſche bezigheid verloren heeft, in den ſlaap weder herſteld worden, en dat in het algemeen het lichaam daardoor geſterkt en tot de nodige verrichtingen bekwaam gemaakt word. Ik heb u derhalven van het ſlapen en waken zeer weinig te zeggen, doordien gy van de noodzaaklykheid van het eerſte alle avonden overtuigd word. Maar over de *nadeligheid van het al te lang ſlapen en waken, en over de beste en gemaklykſte wyze, om zig eenen zeer gerusten en gezonden ſlaap te kunnen bezorgen*, moet ik u, volgens myn ontwerp, een weinig onderhouden. Gy bedriegt u zeer, wanneer gy u verbeeld, door al te lang ſlapen, uwe krachten te verſterken. Wyl de omloop des bloeds en der vochten in den ſlaap veel langzamer geſchied, dan in den wakenden ſtaat, worden de ſappen dik, taai en ſlymig, er vergadert zig veel vet in de cellen des lichaams, tusſchen de huid, en op andere plaatzen: de vaste deelen worden verſlapt, en de geheele

mensch tot traagheid en veele andere ziekten geneigd gemaakt. Vrouwen, die buitendien geneigd zyn om dik te worden, of toevallen van opftygingen hebben, doet, volgens het getuigenis der grootfte geneesheeren, de al te lange flaap inzonderheid veel nadeel. — *Het al te lang waken*, voornaamlyk in den nacht, of tot na middernacht, is tevens van de kwaadfte uitwerkingen, en dient in het geheel niet voor zwangere vrouwen. Het bloed verliest te veel van zyne fyne deelen en malfche hoedanigheid; het word fcherp en de krachten gaan verloren; het lichaam teert uit, en word niet minder door veele daaruit ontftaande toevallen aangetast. Gy ziet uit dit weinige, dat ik u hier kon zeggen, hoe weinig, in beide gevallen, uw bloed en al uwe fappen zig in die goede gefteldheid kunnen bevinden, waarin zy zig echter noodzaaklyk moesten bevinden, indien gy zelve wilt gezond blyven, en uwer vrucht een gezond en dienstig voedzel wenscht medetedelen. Een geruste, niet te lange flaap, die geëvenredigd is aan de bezigheden of bewegingen van den dag, verkwikt alleen het lichaam en houd het gezond. *Maar, hoe lang moeten wy dan flapen, en hoe kunnen wy ons eenen regt gerusten flaap bezorgen?* — zult gy my met alle regt vragen. De beäntwoording dezer vraag is op verre na zo zwaar niet, als u de uitvoering daarvan misfchien zou kunnen fchynen. In het algemeen kan men zekerlyk niet veel bepaalds zeggen, want de gewoonte heeft hier ook groo-

ten invloed, en het komt zeer veel op uwe overige levenswyze aan. Indien gy een zeer werkzaam leven vol bezigheid leid, of gedurende den dag veel beweging hebt, vordert de natuur van zelve eenen langen ſlaap, tot herſtelling der verloren krachten, welke dan ook minder nadelig, en veel eerder nuttig is. In het algemeen, myne lezeresſen, geld de gulden regel: *ſlaapt zo lange, tot dat gy uw lichaam weder tot nieuwe bezigheden genoegzaam geſterkt voelt;* — zeven, acht of negen uuren zullen naar maate der voorafgegaane beweging en vermoeijing genoegzaam daartoe zyn. De middelen, om eenen gerusten ſlaap te genieten, zyn volkomen gegrond op het geen tot hier toe gezegd is, en kunnen zeer kort op de volgende wyze zamen gevat worden; neemt gedurende den dag eene goede beweging, tot dat gy een weinig moede word; eet, voornaamlyk des avonds, vroeg, weinig, en licht verterende ſpyzen, wacht de ſpysvertering af, vermyd inzonderheid op dezen tyd alle warme verhittende dranken, verkiest, zo het mogelyk is, uw ſlaapvertrek op eene ſtille plaats, houd de lucht daarin koel en zuiver, legt met uwe klederen alle ongerustheden des gemoeds en alle zorgen af, dan zult gy voorzeker gerust ſlapen, en de gevolgen van eenen gerusten ſlaap, by het ontwaken ondervinden. Van den nadeligen invloed der onzuivere lucht in de vertrekken, en de middelen, om dezelve zuiver te houden, zal ik ſtraks gelegenheid hebben om met u te ſpre-

ken. Ik moet u hier de kwaade gevolgen nog doen opmerken, die uit de veronagtzaming van bovengemelde regelen voordſpruiten. Die weinig beweging heeft, veel eet, voornaamlyk des avonds, en dan met eene volle maag naar bed gaat, ſlaapt ongerust, word door benauwde droomen gekweld en voelt zich by het ontwaken, in plaats van verkwikt en geſterkt, vermoeid en loom. Het ſpreekt van zelve, dat dit alles by zwangeren in eenen nog veel hoogeren trap plaats heeft. — Ik moet, tot ſlot van deze afdeling, nog iets zeggen van de ligging der zwangeren in den ſlaap; want dezelve is gewis niet onverſchillig voor moeder en kind, voornaamlyk in de laatſte maanden der zwangerheid, wanneer de lichaams vrucht reeds groot en zwaar is. Gy doet derhalven zeer wél, wanneer gy u van derzelver ligging zo nauwkeurig, als mogelyk is, laat onderrigten. Als het lichaam meer naar eene zyde uitgezet is, gaat dan op de tegengeſtelde zyde liggen. Maar als het lichaam gelyk uitgezet is, dan is het om het even, welke zyde gy verkiest, wanneer gy ſlechts het onrustig heen en weder keren in het bed vermyd. Voor het overige is het ook goed, wanneer gy desniettegenſtaande in dit geval niet altyd op eene zyde, maar heden op deze en morgen op de andere zyde en altyd een weinig gebogen ligt, wyl eene al te uitgeſtrekte ligging u zeer licht nadelig zou kunnen worden. Het liggen op de zyde is u als nuttig aanteraden, wyl in bei-

de de gevallen, het zy gy op den rug, of zelfs wel voorover ligt, de omloop des bloeds belet en gy door benaauwde droomen gekweld word; zonder te ſpreken van het groot nadeel, welk gy u zelve en uwe vrucht, inzonderheid door de laatſte ligging zoud kunnen veroorzaken! —



VYFDE AFDELING.

Over de gedraging der zwangeren, met opzicht tot de lucht.

Het zal niet nodig zyn, myne lezeresſen, u te zeggen, dat de lucht voor u, gelyk voor alle menſchen, zo noodzaaklyk is tot het leven, als eten en drinken. — Maar, aangezien het niet in onze macht is, dezelve naar welgevallen te veranderen, moet gy u te eerder aan al haare veranderingen gewennen, wanneer gy gezond wilt blyven. Het zou overtollig zyn, indien ik u met eene breedvoerige verhandeling over al haare eigenſchappen en hoedanigheden wilde lastig vallen. Ik zal alleenlyk trachten, u opmerkzaam te maken, in hoe verre zy u nadelig en nuttig kan zyn. Zuivere verſche lucht is voornaamlyk nodig tot bewaring van uwe gezondheid; zy verſterkt het lichaam, en bewaart het bloed in zyne behoorlyke geſteldheid. Maar eene beſloten, bedorven, door veele uitwaasſemingen onzuiver gemaakte lucht moet alle tegengeſtelde kwaade hoedanigheden bezitten, en den nadeligſten invloed op uwe gezondheid hebben. Redenering en ondervinding bewyzen de waarheid van dit geſtelde.

De heer WEIKARD zegt derhalven zeer wél. „ In vochtige alkoven, of zulke donkere ſlaapvertrekken, waarin de beſloten lucht zelden of nooit ververscht word, waar veele menſchen in hetzelfde vertrek huizen, zonder door het openen der vensters, of door andere middelen, de lucht, welke by heete kachels vol dampen is geworden, te ververſchen, moeten de menſchen eene ſlechte koleur hebben, en veele ziekten ontſtaan. Een ander geneesheer heeft hieruit ook de oorzaak afgeleid, waarom tedere vrouwen des winters altyd zieklyk zyn. " — Ik behoef u dus ook niet te zeggen, hoe zeer noodzaaklyk het is, dat gy de lucht in de vertrekken, waarin gy huist of ſlaapt, altyd zo zuiver houd als mogelyk is, en te dien einde de deuren en vensters dikwyls open maakt. Deze wyze van de lucht te ververſchen verdient de voorkeur boven alle anderen, waarop men hetzelfde oogmerk door eenigen reuk of damp tracht te bereiken. Want de reden, waarom gy u gemeenlyk in het voorjaar en in den zomer zo wél bevind, is zonder tegenſpraak geen andere, dan om dat gy u nooit meer en dikwyler de open lucht geniet, dan op dezen tyd. De morgenlucht, zegt de heer TISSOT, geeft aan de geenen, die dezelve inademen, eene ſterkte en gezondheid, welken zy den ganſchen dag beſpeuren. Hoe veele voordeelen genieten zulke lieden niet ten aanzien van hunne gezondheid, die den ſchoonſten tyd des jaars op het land doorbrengen! De uitwaasſeming der aarde, in het

oogenblik, dat de ploeg nieuwe vooren fnyd, de uitwaasfemingen des dauws, welke het fap der planten en eene foort van vluchtigen balzem is, en de uitwaasfemingen der bloemen, die nooit fterker zyn, dan by het aanlichten des dageraads, en by den opgang der zonne, zyn even zo veele oorzaaken, die denzulken, welken de landlucht genieten, in deze verfchillende omftandigheden, eene zekere nieuwe oorfpronglyke levensftof geven, waarvan zy, die nooit eene andere lucht inademen, dan die van het vertrek, volftrekt beroofd zyn. — Maar, wyl iedere myner lezeresfen zich niet in de gelegenheid bevind om het groot voordeel der landlucht te kunnen genieten, en wyl de gefteldheid van het weeder zelve en andere omftandigheden vorderen, binnen de kamer te blyven, moet gy zekerlyk op eene onvolkomener wyze door de kunst trachten te verhelpen het geen het lot u in dit opzicht geweigerd heeft. Het beste middel in den zomer, en op alle tyden, om de lucht behoorlyk zuiver, versch en balzemagtig te houden, is, gelyk reeds gezegd is, de vensters te openen. Het befprengen van den vloer met water, azyn, of eene oplosfing van falmoniak. Het zetten van groene takken en verfche bloemen in waterpotten doet ook veel tot bereiking van dit oogmerk, voornaamlyk als het zeer heet is. Gy bevind u dan in eenen kunstigen tuin, gy geniet dan het voordeel van de balzemagtige uitwaasfemingen der bloemen te kunnen inademen, zonder hinder van de zon te hebben.

Want ik moet u hier in het voorbygaân zeggen, dat gy nooit ten eersten na den maaltyd, en inzonderheid in de hitte der zonne, veel beweging moet maken; Doch het ongemak, welk de zon u dan veroorzaakt, gebied u reeds van zelve, u op dezen tyd stil te houden. — Doch, behalven dat ik u dit te huis blyven en stil houden alleenlyk zou veroorloven, wanneer gy, uit hoofde der groote hitte, niet veel beweging in de open lucht kunt maken, of gaan wandelen, zonder uwe gezondheid te benadelen, moet ik u ook noch voor eene te groote menigte van alle sterkriekende dingen in uwe vertrekken, en voornaamlyk in uwe slaapkamers, waarschouwen. Hiertoe behoren schier alle fyne oliën, alle sterkriekende kruiden en bedwelmende bloemen en planten, als narcissen, jasmyn, oranjebloezem, leliën enz. Zy zyn by vrouwen, die zeer gevoelige en prikkelbaare zenuwen hebben, en dus ook inzonderheid by zwangeren, van eene zeer kwaade uitwerking en verwekken hoofdpyn, benauwdheden, flaauwten, duizeling, en andere noch gevaarlyker toevallen. Een der grootste geneesheeren verhaalt een voorbeeld van eene vrouw, die door den bedwelmenden reuk van eene te groote menigte van violen, welken zy in haar slaapvertrek had staan, door eene beroerte overvallen, en dood in het bed gevonden wierd. Eene andere, die waarschynlyk van het roozenbed der dichters gehoord had; bestrooide haar bed met roozenbladen, en viel in eenen eeuwigen slaap. Landlieden kennen den sterken

bedwelmenden reuk van het nieuw hooi; maar zy moesten ook de gevaarlyke gevolgen daarvan vrezen, en er zig nooit op te ſlapen leggen. Zwangeren op het land moeten zich derhalven daarvoor wagten.

Doch daar zyn nog meer zaaken, die in ſtaat zyn, u op eene dergelyke wyze ſchadelyk te worden, en die gy om deze reden ook moet kennen en vermyden. Hiertoe behoren alle zulke plaatzen, waar de *lugt bedorven*, in langen tyd niet *ververscht* en met *ſchadelyke dampen* vervuld is; als *onderaardſche gewelven, die langen tyd geſloten zyn geweest; kelders, waar in nieuwe wyn ligt, die aan het werken is; versch gepleisterde vertrekken, voornaamlyk, wanneer dezelven heet geſtookt en warm zyn; plaatzen, waar veel versch gewasſchen linnen te drogen hangt, of geſtreken word; damp van kolen in een beſloten vertrek, voornaamlyk van ſmids- of ſteenkoolen; beſloten plaatzen, waar veele menſchen vergaderd zyn of geweest zyn* enz. Het zal niet te onpas zyn, eenige voorbeelden van dien aart uit de waarnemingen van den heer ridder ZIMMERMANN aantehalen, welken het zo even gezegde, inzonderheid ten aanzien der door veele menſchen bedorven lugt, buiten allen twyfel ſtellen. In het jaar 1577 werd te Oxford over eenige misdaders rechtspleging gehouden, in een vertrek, waarin de rechters, de adel, en byna alle aanwezende perſoonen, ten getale van driehonderd, plotslyk dood bleven; om welke reden ook de Engelſchen dezen dag den zwarten gerechtsdag noe-

men. Hetzelfde gebeurde, voor omtrent 40 jaaren, te Taunton, met dezelfde omstandigheden. In den zomer des jaars 1750 werden te Londen, by de veroordeling van eenige misdaders, de rechters en andere aanwezende persoonen door eene gevaarlyke koorts overvallen, welke zelfs door de klederen besmettende was, en waaraan eene ongelooflyke menigte menschen oogenbliklyk, om zo te spreken, stierven. Het zogenoemde zwarte hol, eene gevangnis, waarin eens een barbaar 146 menschen deed opsluiten, van welken na verloop van korten tyd slechts 23 het leven afbragten, levert ons eene dergelyke schriklyke geschiedenis, hoe vreeslyk de werkingen der lugt kunnen zyn, wanneer zy besloten en door de uitwaasemingen van veele menschen bedorven is. — Alle tot hier toe aangehaalde bedorven gesteldheden der lugt doen u nu altyd meer of minder nadeel, naar dat gy met prikkelbaare aandoenlyke zenuwen begaafd zyt, en na dat gy u meer of minder aan eene dezer gelegenheid gevende oorzaaken hebt bloot gesteld, en hevige hoofdpynen, krampen, duizelingen, bedwelming, beving, benauwdheid, flauwten, braken, en by zwangeren nog veel gevaarlyker toevallen, waarvan gy gehoord hebt, zyn dan de gewoone gevolgen. — De zogenoemde stooven, waarvan gy u op koude plaatzen bedient om te warmen, zyn ook niet vry van deze kwaade uitwerkingen; behalven, dat zy alle bovengemelde kwaade toevallen kunnen veroorzaken, zyn zy ook dikwyls in staat, om by

u eenen grond te leggen tot veelerlei andere ziekten. Zelfs het branden van nachtlicht en het beroken der vertrekken, verdient hier insgelyks aangemerkt te worden. Het laatfte gefchied het best met azyn, wyl deze, volgens de waarnemingen der grootfte geneesheeren, voornaamlyk dient, om de lucht te verbeteren en dezelve voor bederf te bewaren. — De verfchillende jaargetyden verdienen wegens de verfcheiden gefteldheid der lucht onze opmerkzaamheid, en van de fchadelykheid der lentelucht zal ik by gelegenheid, dat ik van de verwisfeling der klederen zal handelen, melding maken.) De herfstlucht is van allen de nadeligfte voor u; en in het algemeen is de maand november voor u gansch niet gunstig. Men moet indedaad menigmaal medelyden met u hebben, wanneêr men ziet, hoe zeer gy in dit jaargety by dompig, vochtig weeder, door hoofd- tand- en oorpyn, benauwdheden, hardkloppingen en drukking der maag, en in het algemeen door een geheel heir van opftygingen gekweld word. Hoe gelukkig zyn de geenen, by welken dit vreemde naamen zyn, en dezelven nooit ondervonden hebben? — Van den eenen kant verdient gy dan medelyden, doch aan den anderen (vergeeft my, dat ik zo wreed moet zyn,) niet. Want hier komen tweederlei zaaken in aanmerking, doch zy ftaan met elkander in de nauwfte betrekking. Kwaade uitwerking van het weeder, en gebrek aan beweging. Indien gy meer aan de veranderingen, en zelfs aan de eenigzins kwaade

gesteldheid der lucht gewend waart, zoud gy dezelven niet aanstonds ondervinden, gy zoud meer beweging nemen, en dus ook gezonder blyven. Hoe beschamend is in dit stuk het voorbeeld der landlieden voor allen, die voor de eenigzins koude, of vochtige lucht vrezen! Juist om dat gy in dit jaargety zo veel zit, uwe gezondheid daardoor steeds meer en meer verzwakt, aan de ruuwe lucht niet gewend zyt, benadeelt u de minste overtreding van dien aart, waarvan andere menschen, die zich door de gewoonte gehard hebben, niet het minste nadeel ondervinden. Hetzelfde heeft plaats met opzicht tot de dompige, vochtige winterdagen, die gy zo zeer schuwt. Dezen kunt gy door de gewoonte ook vry onnadelig voor u maken. Doch, indien gy door de ondervinding mocht overtuigd zyn, dat het kwaad weeder, zeer grooten invloed op uwe gezondheid heeft, dan doet gy zeker beter, wanneer gy op zulken tyd te huis blyft, of ten minsten u zeer behoedzaam en trapswyze daaraan gewent. Gy moet u derhalven de schoone heldere dagen van dit jaargety des te meer te nut maken, wyl die zo zeldzaam zyn. Het is een vyand van uwe gezondheid, die u zegt, dat de koude lucht uwe tedere schoone huid bederft. Veelen van uw geslacht bevinden zich nooit beter dan in den winter, wanneer de lucht zuiver en de hemel helder is. Koude versterkt het lichaam en vermeerdert den eetlust, inzonderheid als men dan goede beweging daar-

by maakt. Maar eene te groote koude, en een al te lang verblyf in dezelve, kan u ook in tegendeel, weêr nadelig worden, waarvan ik de eer zal hebben, u in eene andere afdeling meer te zeggen. — Hier is het ook de plaats, u te waarschouwen voor de te heete vertrekken in den winter, en voor de te schielyk op elkander volgende afwisselingen der *koude* en *warmte.* Te heete vertrekken doen nadeel, wyl de hitte de lucht bederft, uitzet, en onbekwaam maakt tot de ademhaling, gistingen, hoofdpyn, benauwdheden en allerlei kwaalen veroorzaakt. Gy moogt nooit, wanneer gy uit de koude komt, te schielyk, te plotslyk by een zeer heet vuur komen, en u even zo min uit een zeer heet vertrek op eens aan de koude blootstellen. Beide te schielyk op elkander volgende afwisselingen kunnen en moeten de bedenklykste en gevaarlykste gevolgen voor u hebben; En schoon ik u te voren geraden heb, u aan alle veranderingen en afwisselingen der verschillende jaargetyden en der lucht te gewennen, zo waarschouw ik u echter in tegendeel zeer ernstig, wanneer gy het zeer warm, of u verhit hebt, u niet aan de koude en nog veel minder aan de tochtlucht bloottestellen. Dit volkomen in uwe macht staande, zyt gy te meer verplicht, u daaromtrent in acht te nemen. De gevolgen kunnen anders allertreurigst en schriklyk voor u en uwe lichaamsvrucht worden. Gelukkig zyt gy dan, wanneer gy met kleine ongemakken, als hoofd- tand- buik-

en oorpyn of met geringe oog- en keelontftekingen daarvan vry komt. Maar het blyft daar zelden by. Dikwyls volgen de hevigfte ontftekingskoortzen, beroerten, krampen, ftuipen, de woedenfte buikpynen, buikvloed, bloedvloeijing, en vroegtydige bevalling. Dezelfde gevolgen heeft men te wachten van koude dranken, en alle yskoude ververfchingen, wanneer het lichaam zeer verhit is. Zo zeer ik u insgelyks op eenen anderen tyd, voornaamlyk in den zomer, kouden drank aanried, zo zeer waarfchouw ik u ook hier daar voor. Gy ziet daaruit, dat dezelfde zaak, onder verfcheiden omftandigheden, nuttig en nadelig kan zyn. Wanneer gy fterken dorst hebt, fchynt koude drank de beste laafnis wel te zyn; doch vermeid denzelven dan meer, dan uwe grootfte vyanden, dezelve kan u den dood veroorzaken. Hoe veelen van uw geflacht zyn reeds door deze gevaarlyke onachtzaamheid in den bloei haarer jaaren verwelkt! Borstziekten en teringen, waarvoor gy zo zeer vreest, zyn de treurige gevolgen van het koud drinken, wanneer het lichaam verhit is. Wanneer gy u by heet weeder, of anderzins, door eene eenigzins fterke beweging verhit hebt, gaat dan ftil zitten op eene plaats, daar gy vry van den tocht der lucht zyt, en, als de dorst ondraaglyk is, eet dan wat ooft, of neem eene citroenfchyf met fuiker beftrooid in den mond, gebruik alleenlyk lauwe dranken, tot dat de grootfte hitte en gisting over is, of houd een

weinig koudwater zo lang in den mond, tot dat het lauwwarm als uw lichaam word. — Hoe gelukkig zou ik zyn, indien gy aan myne waarſchouwingen, voornaamlyk in dit ſtuk, gehoor gaaft, en nooit door eigen ondervinding overtuigd wierd, hoe zeer dezelven gegrond zyn!



ZESDE AFDELING.

Over de kleding der zwangeren.

Over uwe kleding myne schoone lezeressen! kan en zal ik u slechts weinig onderhouden, wyl gy deze zelve beter verstaat. Ik zou my ook in een veld wagen, waarin ik geheel onbekend ben; weshalven ik liever, in dit stuk, alles, of ten minsten het meeste, dat tot versiering van uw lichaam iets doet, aan u zelven, aan uwe naaisters enz. zal overlaten. Kleed u derhalven altyd zeer fraai, ik zelf, en nog veel ernstiger lieden, zien zeer gaern fraai getooide vrouwen. Maar, wyl ik in dit stuk zo beleefd en toegevend ben, hoop ik ook van uwe goedheid, dat gy my, daar het op uwe gezondheid aankomt, des te eerder geloven, en mynen raadgevingen gehoor geven zult. — De kleding van eene zwangere moet in het algemeen gemaklyk en ruim genoeg zyn, dat de baarmoeder zich behoorlyk naar alle zyden kan uitzetten. De keurslyven behoren tot dat gedeelte van de kleding, tegen welken men met alle recht het meeste kan inbrengen. Er is reeds zo veel tegen het gebruik van dezelven gezegd, en er word dagelyks nog zo veel tegen gezegd; en het gevolg is en blyft altyd het-

zelfde, en zal het helaas! blyven, zo lang men nog een dun lyf, dat men fchier kan omfpannen, onder de fchoonheden van het vrouwlyk geflacht telt. En daar het gebruik derzelven u in den maagdelyken ftaat nadeel doet, doordien het de fpysvertering en den zo zeer nodigen omloop des bloeds verhindert, u verftoppingen in den buik, en allerlei erge toevallen, als hoofdpyn, duizeling, bloeden uit den neus en flauwten veroorzaakt, zonder te fpreken van het wezenlyke nadeel, hetwelk uwe gezondheid daardoor op eene andere wyze kan lyden, (want braken of hoesten kan, wanneer het lichaam fterk geregen is, u een uitzakking der baarmoeder of eene breuk te wege brengen) is hetzelve u, in uwe zwangerheid dubbel nadelig. Gy weet uit het voorgaande, dat het lichaam zich na de derde maand reeds begint uittezetten, en vervolgens tot aan het einde der zwangerheid fteeds in dikte toeneemt. Ik acht het overtollig, u te zeggen, dat deze uitzetting nodig is, indien de lichaamsvrucht zal leven en groeijen. Maar, hoe kan zulks gefchieden, wanneer gy het lichaam zo fterk inrygt, den vryen omloop der vochten, die voor de vrucht des lichaams zo allernoodzaaklykst is, daardoor verhindert, en nog daarenboven, juist wegens deze persfing, de kwaade werking van het ademhalen op dezelve, onder deze omftandigheden, vermeerdert? Een der grootfte geneesheeren fchryft de vroegtydige bevallingen, de mismaaktheid der kinderen in de baarmoeder, en de tegennatuur-

lyke zwakheid en gebreken van dezelven voornaamlyk aan de keurslyven toe. — Wyl in deze foort van kleding het ademhalen en de omloop der vochten niet behoorlyk gefchied, word, gelyk reeds gezegd is, de fpysvertering flecht verricht, en de lichaamsvrucht met rauwe fappen overladen; dit kan, gepaard met de uitwendige drukking der keurslyven, zeer licht gelegenheid geven tot de zogenoemde engelfche ziekte. De borsten lyden mede veel van deze drukking der nauwe kleding, de vaten van dezelven zyn niet in ftaat, zich behoorlyk uittezetten, en de inftromende melk te ontvangen. Er ontftaan verftoppingen, klonters, verhardingen en veele andere vreeslyke ongemakken. Het nodig groeijen en uitkomen der tepels word insgelyks belet, en het arme kind is dikwyls deswegen niet in ftaat, om, als het ter waereld komt, behoorlyk te zuigen. — Indien gy, myne fchoone lezeresfen! in bedenking neemt, dat de ryglyven nog daarenboven, wyl zy den natuurlyken wasdom der lichaamsvrucht beletten, en by dezelve niet zelden wanftaltige leden en hoofden maken, u ook daardoor eene moeilyke verlosfing en een zieklyk en gevaarlyk kraambed kunnen veroorzaken, zoud gy mynen raad gewislyk volgen en deze nadelige kleding in allen ernst vermyden. De zogenoemde *planchetten*, waarmede de ryglyven gemeenlyk voorzien zyn, vermeerderen de drukking naar voren ongemeen, en maken dezelven daardoor nog veel nadeliger. En men heeft voorbeelden van mismaakte kinderen

ren, zegt de zeer verdienstlyke FRANK, weiken na derzelver geboorte duidelyke tekens van het ondereinde van zulke *planchetten* aan het hoofd hadden. — Indien gy my moest gehoorzamen, zoud gy, wanneer gy al uit hoofde der lange gewoonte niet zonder keurslyven kondet wezen, flechts geheel flappe met weinig baleinen voorziene ryglyven, of zogenaamde *corsetten* mogen dragen, en alle yzers zouden dan, voornaamlyk in uwen ftaat, te meer voor altoos van uw lichaam verbannen blyven. En wat verliest gy er by? Gy blyft gezond, en zyt voorzeker daar door niet minder fchoon en beminlyk. — Gy weet immers zelve, myne lezeresfen, dat gy nooit beter dan in uw nachtgewaad behaagt. — Ik zou de waarheid van het tot hiertoe gezegde met het getuigenis der grootfte geneesheeren kunnen ftaven, indien ik in ftaat mogt zyn, u daar door te overtuigen. Maar ik zal flechts eenige gebeurde zaaken bybrengen, die u ongetwyfeld licht zullen geven. De Zweedfche lyfartz BECK heeft de gewoonte van zwangere vrouwen, om zich nog reeds te rygen, onder de voornaamfte oorzaaken gefteld, dat in 9 jaaren tyds, te Stokholm, meer vrouwen in het kraambed zyn geftorven, dan in eenige andere provincie van even zo veel inwoners. En een ander, RUSSEL genoemd, heeft opgemerkt, dat de vrouwen in Aleppo zich in het geheel niet rygen, en dat dit eene van de voornaamfte oorzaaken is der gemaklyke verlosfingen, welken men in gansch Siriën waarneemt.

D'ARVIEUX bericht hetzelfde van de arabifche vrouwen, die daarenboven welgemaakt en dun van lyf zyn, fchoon zy geen ryglyven dragen. En van de Engelfche vrouwen is bekend, dat de meesten derzelven de fchoonfte geftalte hebben, fchoon het gebruik der ftyve ryglyven met *planchetten* haar even zo min gemeen is, als het persfen der kinderen door de even zo nadelige windzels; maar dat zy zich alleenlyk van zulke bedienen, die zeer flap, rekbaar, met zeer buigzaame baleinen voorzien, en in het algemeen zo gemaakt zyn, dat zy noch de borsten noch den buik zeer inrygen en drukken, maar zich naar elke buiging, uitzetting en houding des lichaams richten. — Van het eenigzins geringer nadeel der *poches* en balynen rokken behoef ik fchier niets te zeggen, wyl de mode zelve die reeds voor lang verbannen heeft. Mocht men hetzelfde kunnen zeggen van alle andere dingen, die u gedurende uwe zwangerheid nadelig kunnen worden! — Ook de veele rokken, welken gy gewoon zyt te dragen, trekken door derzelver zwaarte naar onder, en doen, volgens WHITE, zeer veel nadeel aan de lichaamsvrucht wegens de daar uit ontftaande drukking op den buik.

Indien ooit eene zaak by vrouwen nuttig en aanbevelenswaardig ware, moest het de mode zyn, zich van tamelyk wyde fchoenen met laage hielen te bedienen. Behalven dat door hooge hielen en nauwe fchoenen, welken meest oorzaak zyn der likdoorns of exteroogen, het onderlyf voorwaard gebogen word, en de fpanning van

hetzelve, door de gestadige drukking op de baarmoeder de vrucht des lichaams nadeel kan doen; hebben de laage hielen ook nog het groot voordeel voor u, dat gy veel zekerer gaat, en veel minder blootgesteld zyt aan het gevaar van omtezwikken of zelfs te vallen. — Het gebruik der kousfebanden verdient ook al eenige opmerking. Dezen moeten los gebonden zyn, wanneer gy niet dikwyls met slapen der beenen en van alle kwaade gevolgen van eenen langzaamen en gehinderden omloop des bloeds in de beenen en voeten, doch voornaamlyk met veele adergezwellen wilt gekweld wezen. — Gy zoud zekerlyk niet hebben kunnen geloven, dat ik de stoutheid zou hebben, om zo veel aan uwe kleding te berispen: en evenwel moet ik u nog iets van het verwisselen derzelven zeggen, hetwelk zonder tegenspraak eenen aanmerklyken invloed op uwe gezondheid heeft. De verscheidenheid van het jaargety maakt onderscheiden klederen noodzaaklyk; alleenlyk de tyd, en de wyze *hoe*, en *wanneer* men dezelven verwisselt, verdient eenige opmerkzaamheid. In het algemeen kunt gy, myne schoone lezeresfen! het voor eenen regel houden, dat men de zomerklederen een weinig laat moet aantrekken, en vroeg met warmer klederen verwisselen. De lente, welke door de dichters zo zeer geprezen is, is de ongezondste van al de jaargetyden, zegt de verdienstlyke heer ridder ZIMMERMAN. Het grootste nadeel van dezelve bestaat hoofdzaaklyk in de gewoone afwisseling van warmte en koude,

De warmte des middags verleid u, om de zonneklederen voor den dag te halen en aantetrekken, de daar op volgende avond word koud, en gy word dan voor die kleine verkoeling, door de gewoonlyke kwaade gevolgen der verkouding, door buik- tand- en hoofdpyn, verkoudheid, hoesten, buikvloed, zelfs loop, en nog gevaarlyker toevallen, al te hard geſtraft. Ook de te ſchielyke verwisſeling van klederen, zelfs in het midden van den zomer, die u dan eene waare verkwikking ſchynt te zyn, wanneer gy u zeer verhit hebt en ſterk zweet, kan ontelbaare kwaade gevolgen voor uwe gezondheid hebben, voornaamlyk, wanneer gy zulks doet op eene plaats, daar de lucht doorſpeelt, of wanneer deze klederen op eene koele en vochtige plaats gelegen hebben, en zelve koel en vochtig zyn. Zelfs is het gedurig en menigvuldig gebruik der waaijers, wanneer het aangezicht zeer verhit is, volgens den heer Tissot niet geheel onverſchillig. De uitwaasſeming van het aangezicht word daardoor belet, en het hoofd zwaar en heet gemaakt. „Ik houde, zegt hy, het misbruik van de waaijers voor de gelegenheid gevende oorzaak van veele oog- en neusziekten, tandpynen, en veelerlei uitſlag van het aangezicht. — In den winter, by ſtrenge koude, hebt gy inzonderheid nodig, het onderlyf door warme kleding genoegzaam tegen dezelve te bewaren, wanneer gy u een weinig lange in de open lucht, of op andere koude vochtige plaatzen, als by voorbeeld in de kerk wilt of moet op-

houden. Ik kan u te dien einde niets voordeliger en beters aanraaden, dan het gebruik der onderbroeken. —— Niet minder moet gy u op dezen tyd zo wel, als op alle andere tyden, voor koude der voeten wachten. Gy moet derhalven nooit, als gy uit het bed komt, lang zonder kousfen in de kamer, en nog veel minder in de keuken en andere koele vochtige plaatzen lopen, indien gy u niet duizenderlei ongemakken op den hals wilt halen. — *Ik weet*, dat dit op al myne lezeresfen niet toepaslyk is, die dit niet betreft, bid ik om verfchoning, maar anderen, die deze voor haare gezondheid zo nadelige gewoonte hebben, zou ik dezelve van harte gaerne, tot haar eigen best, willen afwennen!



ZEVENDE AFDELING.

Over de aderlatingen, purgeermiddelen, en het gebruik der artzenyen by zwangeren.

Ten aanzien van het aderlaten heerscht by zwangeren een ongemeen groot en gevaarlyk vooroordeel. Men meent, gedurende de zwangerheid, drie, vier, ook zelfs meermaalen te moeten adergelaten worden, (om dat anderen het doen) hoe weinig men ook het bloed kan missen, en doet zig somwylen daardoor oneindig veel nadeel; zwangeren, die gezond zyn, eenen goeden eetlust hebben, veel eten en de spys wel verteren, worden zeer ligt volbloedig; en deze volbloedigheid vordert volstrekt eene aderlating; ten einde grooter nadeel te verhoeden. Doch het komt hier niet aan op den tyd der zwangerheid, maar alleenlyk op de omstandigheden, die dezelve noodzaaklyk maken. De voornaamste tekens der volbloedigheid zyn eene levendige roode koleur, eene volle, sterke en tevens een weinig snelle pols, hitte over het gansche lichaam, een ongeruste, of vaste slaap; benauwde droomen, benauwdheden, zwaarte en loomheid der leden, vermoeidheid na eene geringe beweging, beklemdheid der borst, duizeligheid, hoofd-

pyn, welke echter van geen bedorven maag voordkomt, hartklopping, bloeden uit den neus, of andere bloedvloeijing; deze kentekens plaats hebbende, is eene aderlating voor zwangeren nodig, en dezelve moet, volgens het getuigenis der grootste geneesheeren, altyd op den arm, en alleen onder zekere omstandigheden en kentekens, welken de geneesheer alleen kan en mag bepalen, op den voet ondernomen worden. Deze moet dan zelfs zeer gewichtige gronden hebben, om daardoor een grooter kwaad dan eene miskraam, of vroegtydige bevalling, die er zeer ligt het gevolg van zoude kunnen wezen, voortekomen. Voor zwaklyke, of door ziekte afgematte lieden, die eene kleine zwakke pols, bleeke, gezwollen huid en handen hebben, die weinig eten, of uit hoofde van eene slechte, ontstelde maag, de spyzen niet wel verteren, en dus weinig goed bloed bereiden, is elke aderlating op zigzelve ten hoogsten nadelig; en indien het waar is, waaraan men immers niet kan twyfelen, dat reeds zulke vrouwen, welken gedurende haare zwangerheid veel bloed door de maandlyksche zuivering verliezen, niet dan zieklyke, zwaklyke kinderen ter waereld brengen; moet het te menigvuldig aderlaten, voornaamlyk by zwakke lieden, en by welken de bovengemelde tekenen van volbloedigheid ontbreken, des te meer den nadeligen invloed op derzelver gezondheid hebben, van veelerlei zenuwziekten te kunnen veroorzaken, het kind het nodig voedzel te onttrekken, en zelfs eene ontydige of vroegtydige

bevalling te bewerken. De ondervinding der grootste geneesheeren en vroedmeesters bevestigt de waarheid van deze stelling. Het al te spaarzaam aderlaten daartegen, of het geheel verzuim daarvan, daar het nodig is, kan niet minder, behalven andere ongemakken, eene miskraam, eene zwaare verlossing, eene hevige bloedvloeijing gedurende dezelve, en eene daarop volgende ontsteking der baarmoeder, of een gevaarlyk kraambed te wege brengen. Ik zal nog dikwyls gelegenheid hebben, deze tekens nauwkeuriger te bepalen, en te herhalen, daar het nodig is; want het kan niet te dikwyls en sterk genoeg ingeprent worden. Dit zal, zo ik hoop, ook de herhaling van reeds meermaalen gezegde zaaken verschonen; hetwelk inzonderheid geld ten aanzien van dit gewichtig stuk. Men kan volstrekt niet bepalen, hoe dikmaals zwangeren zig moeten doen aderlaten; wyl schier elke van dezelven eene byzondere lichaamsgesteldheid heeft, en er nog bykomende omstandigheden kunnen zyn, die eenen algemeenen regel in dit stuk onmogelyk maken. Beschouwt deze herinneringen niet als te gering, myne schoone lezeresfen! wanneer gy de kwaade gevolgen van eene te onrechten tyde ondernomen, of herhaalde aderlating in bedenking neemt, zult gy dezelve nooit zonder den raad eens geneesheers ondernemen. Ik heb u voornaamlyk alleen op bovengemelde tekens der volbloedigheid oplettend willen maken, ten einde gy u nooit, zonder dezelven by u te bespeuren, uit eigen beweging daar toe zoud laten

verleiden; doch dit behoorde van rechtswegen nooit te gefchieden.

Het gebruik der artzenyën kan u niet minder nadelig worden; wanneer gy u te zeer daaraan gewent. De duurzaamfte gezondheid word door het te menigvuldig gebruik, inzonderheid van ongepaste, artzenymiddelen bedorven. Alle menfchen en wel voornaamlyk zwangeren moesten zig voor alle artzenyën wagten, het mogen vergulden of verzilverden pillen, poeders, mixtuuren, of iets anders zyn, die hun van den eenen of anderen flechts aangeraden, en door geen gewoonen geneesheer voorgefchreven worden. Veelen menen iets te fparen, wanneer zy geenen geneesheer om raad vragen, gebruiken elk geneesmiddel, hetwelk ook in andere dergelyke gevallen gezegd word, geholpen te hebben, en verliezen daardoor het onherftelbaarfte, hunne gezondheid. Het is onnodig, de waarheid hiervan met voorbeelden te ftaven; zy zyn helaas! zo zeldzaam niet. *Elk geneesmiddel, zelfs het beste, doet reeds nadeel, daar het niet te pas komt, en men kan zig door het ongepast gebruik der artzenyën ongezond maken, wanneer men het nog niet is.* Veele vrouwen fchryven maar al te gaern en dikwyls de natuurlyke gevolgen der zwangerheid aan eenige zieklyke gefteldheid toe, en zo omgekeerd. — Ten aanzien der purgeermiddelen worden groote, gewichtige en hoogstnadelige misflagen begaan. Het is derhalven nodig, dat ik u de voornaamfte kentekens, wanneer zeer zagt zuiverende middelen, zonder groot gevaar

en met nut gebruikt kunnen worden, een weinig nader leer kennen, en u daardoor voorzichtiger maak. De voornaamfte kentekens zyn: *verloren eetlust, kwaade fmaak in den mond, onzuivere tong, oprispingen, winden*, en daar by *gebrek aan krachten, onrustigheid, verdrietlykheid, hoofdpyn, duizeligheid, buikpyn, afwisfelende, nu te dunne, dan te harde ftoelgangen, rugpyn, zwaarte en loomheid in de leden, voornaamlyk in de kniën enz.* Doch verfcheiden van deze hier befchreven toevallen kunnen ook dikwyls uitwerkingen der zwangerheid en van andere oorzaaken zyn, als wanneer de artzenyën de ergfte gevolgen zouden kunnen te wege brengen. Ik leer u dezelven alleen hoofdzaaklyk kennen, om u des te beter te doen zien, hoe nodig het is, uit hoofde van de dubbelzinnigheid dezer tekens, zig ten eersten van verftandige hulp te bedienen, en hoe nadelig het voor u kan worden, wanneer gy, één of weinigen van deze tekens befpeurende, aanftonds van elken onkundigen raadgever, of raadgeefter, geneesmiddelen aanneemt. Zwangeren moeten zig, gelyk reeds gezegd is, in het algemeen flechts van zeer zagt werkende middelen bedienen. Dit geld inzonderheid van de buikzuiveringen, wyl de vermeerderde prikkelbaarheid van uw lichaam, voornaamlyk in dezen ftaat, de werking van elk middel buitendien reeds vermeerdert. De hevigfte buikpynen, buikvloeden en bloedvloeijingen, ontftekingen der baarmoeder, miskraamen, en vroegtydige bevallingen, waarby het leven der zwangeren altyd in gevaar

gesteld word; zyn de gewoone gevolgen van sterk en hevig werkende buikzuiveringen. Hiertoe behoren de meeste soorten van pillen, welken ik in het algemeen door zwangeren allerzeldzaamst of nooit wenschte te zien gebruiken, zo lange men nog andere middelen heeft. Wanneer die geringe hoeveelheid hier zal doen het geen eenige poeders, of een matig groot glas artzeny, werkt, moet het middel op zigzelve reeds sterker en heviger werkende zyn, en dienvolgens gevaarlyker uitwerkingen kunnen doen. Het is indedaad geen aanbeveling voor de openende pillen, wanneer zy u hevige buikpynen verwekken; en gy doet derhalven zeer wél, wanneer gy u, in plaats van dezelven, tot buikzuivering, alleenlyk van manna, tamarinde, cassia, bitter water, middenzouten, en rhabarber bedient (*m*). Laat het gering ongemak, van eenige lepels artzeny met gesloten oogen intenemen, u niet afhouden een grooter te vermyden. En moeten dan juist alle artzenyën zo lelyk smaken? Men kan ze immers zo aangenaam maken, als gy het slechts kunt wenschen. — Van de braakmiddelen, voor dewelken gy met alle regt zo zeer vreest, zeg ik u niets, schoon er wezenlyk in de zwangerheid gevallen kunnen voorkomen, waarin dezelven nodig zouden kunnen zyn. Het zou onbezonnenheid zyn, u het gebruik derzelven te willen leren, wyl de geneesheer de noodwendig-

(*m*) Men vergelyke hier mede het geen ik reeds *pag.* 17. *Nota d* aangemerkt hebbe.

heid van dit middel volstrekt altyd behoort te bepalen. — Gy ziet uit dit weinige, dat ik hier alleenlyk, om myn ontwerp getrouw te blyven, konde aanhalen, hoe zeer gy by het gebruik van alle artzenyën, op uwe hoede moet zyn, indien gy uwe gezondheid niet moetwillig wilt verliezen. Het is waar, het gebruik van buikzuiverende middelen is dikwyls uit natuurlyke oorzaaken in de zwangerheid nodig en nuttig; maar gy kunt u dezelven zeer onnodig maken, wanneer gy my in alle deelen volgt het geen ik u tot hiertoe ten aanzien der spyzen en dranken, der beweging en rust, van het slapen en waken enz. gezegd heb, en in het vervolg nog de eer zal hebben, te zeggen. Het is in het algemeen gemakkelyker en voordeliger voor het lichaam, eene ziekte voortekomen, dan te genezen. — Maar ik moet nog, met een paar woorden, gewag maken van eene zekere klasse van middelen, en u daar voor waarschouwen, welken ongelukkiglyk! maar al te zeer in zwang gaan, en misbruikt worden. Ik bedoel de zweetdryvende middelen, waarvan men zig schier in alle gevallen, in hoofd- tand- en buikpyn enz. bedient, zonder behoorlyk agt te geven op de waare oorzaaken. Behalven dat dezelven, gelyk reeds gezegd is, strydig met de oorzaak der ziekte kunnen zyn, zyn deze middelen ook meest van eenen heeten aart, vermeerderen den omloop des bloeds, verwekken gistingen, te sterk zweet, en kunnen zelfs heete ziekten, gevaarlyke bloedvloeijingen, miskraamen en vroegtydige beval-

lingen veroorzaken. Ik moet u voor het gebruik van dezelven dubbel ernstig waarſchouwen, dewyl zy u zo nadelig zyn, doordien zy zulks het minst ſchynen te zyn, dat is, wyl gy er u zo gaern van bedient. De onmerkbaare uitwaasſeming der huid is eene der gewichtigſte ontlastingen, en maakt ten minsten de helft uit van het geen men gebruikt. Men ziet dus hieruit, zegt de heer TISSOT, hoe aanmerklyk het nadeel van eene geheel onderdrukte uitwaasſeming kan worden, wanneer zy plotslyk terugkeert, en zich op de herſenen, de long, of op eenig ander edel ingewand werpt. Als gy deze uitwaasſeming onderdrukt hebt, (het welk echter niet moest zyn, indien gy nauwkeurig naar myne vermaningen leefde), en gy beſpeurt daarvan mattigheid en zwaarte in de leden, eenige rilling en hitte, tand- hoofd- oor- of keelpyn, dan zyn volſtrekt middelen nodig, om de uitwaasſeming te herſtellen. Gy kunt in dit geval niets beters en minder nadeligs doen, dan wanneer gy een paar kopjes vlierbloementhee, met eenige theelepeltjes wynazyn of citroenſap en honig, gebruikt, u voor het overige ſtil houd, en geen andere, dan lichtverterende ſpyzen neemt. Dit zo gering ſchynend middel zal u dan weêr ras volkomen gezond maken, zonder dat gy gevaar loopt, van door het gebruik van verhittende en kwalyk gekozen artzenyën, van welken ik alleenlyk den theriaak zal noemen, u erger toevallen op den hals te halen, dan de tegenwoordige kwaal is, welke gy wilt verdryven. Doch, indien dit middel

uwe gezondheid niet mogt herſtellen, zult gy het best doen, den geneesheer te ontbieden. (*n*) — Over de afdryvende, de verlosſing bevorderende artzenyën en droppels, of de zogenoemde moeder elixirs, zal ik op eene andere plaats gelegenheid hebben, my met u te onderhouden.

Tot deze afdeling behoort ook nog het gebruik der koude en warme baden. De eerſten vermyden myne lezeresſen in dezen ſtaat, zelfs zonder myne vermaning, wyl gy er voor vreest. Gy hebt geen ongelyk, het zou zeer onverſtandig zyn, u het gebruik der koude baden algemeen te willen aanpryzen, ſchoon er gevallen kunnen zyn, waarin dezelven nuttig voor u zouden kunnen wezen, doch dit te bepalen is insgelyks de

(*n*) Na veelvuldige pogingen van verſcheide geneesheeren, is het gebruik, of liever misbruik, van heete zweetdryvende artzenyën aanmerklyk vermindert; het waare te wenſchen, dat men ten opzichte der zogenoemde huismiddeltjes even zo verre gekomen waare; voornamelyk bedoele ik hier mede de in ons land zo geliefdkoosde wynſoepen, kandeelen, heete bieren &c.; de eerſte oorzaken der ziekten worden (tot veeler nadeel) van den gemeenen man meestal in verkoudheid en verzwakking gezogt, en op deze verkeerde gronden haast men zich by eenen zieken een wynſoep, kandeel, of heet bier, en dit nog wel met heete ſpeceryën vermengd, onder den naam van hartſterkend, zweetdryvend enz., toe te dienen: het nadeel echter dat zodanige middelen voortbrengen kunnen is zeer groot, en ofſchoon zy niet in den apotheek bereid worden, kunnen zy evenwel zo ſchadelyk zyn als de heete artzenyën, van welke de ſchryver geſproken heeft. Het zal dierhalven beter zyn zodanige huismiddeltjes terug te laten, en liever, volgens onzen ſchryver, een aftrekſel van vlierboemen, of wat conſerf van vlier te nemen, of, en welk inderdaad het beste is, eenen geneesheer te raadpleegen.

zaak des geneesheers. — Maar ten aanzien der warme baden worden menigvuldiger en voor de gezondheid zeer aanmerklyke misslagen begaan. Zy zyn inzonderheid nadelig voor zwaklyke vrouwen, en voor zulken, die veel bloed en zeer prikkelbaare aandoenlyke zenuwen hebben. Elke zwangere behoorde zich zonder den raad van eenen geneesheer van dezelven te onthouden, doordien zy, even als de zweetdryvende middelen, den omloop des bloeds vermeerderen, het lichaam verzwakken, en voornaamlyk wanneer zy zeer heet zyn, lichtlyk bloedvloeijing en zelfs miskraamen, of eene vroegtydige bevalling kunnen veroorzaken.



AGTSTE AFDELING.

Over de natuurlyke ontlastingen.

Schoon de maandlykſche zuivering in de zwangerheid ophoud, en eigenlyk hier niet ſchynt te behoren, moet ik echter mynen lezeresſen er iets van zeggen, ten einde zy niet te zeer ſchrikken, wanneer dezelve, gedurende de zwangerheid, zich, zonder andere kwaade toevallen; van welken in eene naastvolgende afdeling zal geſproken worden, by haar mogt vertonen. Ik heb reeds op eene andere plaats gezegd, dat de maandlykſche reiniging niet by alle zwangeren uitblyft; maar, dat volbloedige vrouwen, of zulken, die gewoon waren, op dien tyd altyd veel bloed te verliezen, dezelve in de eerſte maanden der zwangerheid, ja zelfs laater nog hebben, en zich voor het overige nog zeer wel daarby konden bevinden; want niet zelden bekleed deze natuurlyke bloedvloeijing, op dezen tyd, by zeer bloedryken, de plaats eener aderlating. Maar, wanneer dezelven in het begin der zwangerheid wegblyft, en eerst laater, en ſterker dan gewoonlyk, verſchynt, en gy daar nog andere ongemakken by beſpeurt, die gy er gemeenlyk niet by ondervond, misſchien nog in

eenen hoogeren trap; dan is dit een wenk der natuur, dat gy u ten uiterften ftil moet houden, en alles vermyden, wat u kan verhitten, en den omloop des bloeds vermeerderen. — Gy zult in deze omftandigheden zeer wél doen, wanneer gy ten eerften naar hulp omziet. Want dikwyls kan door eene verftandige behandeling hier nog een groot gevaar vermyd, of ten minsten verminderd worden, waarvan gy elders meer zult horen. Ik kan niet afzyn, hier eene aanmerking te maken, die, fchoon dezelve juist ook niet zo zeer op haare behoorlyke plaats ftaat, echter den gewichtigften invloed op uwe gezondheid heeft, en deswegens ook al uwe opmerkzaamheid verdient. Geen tydftip is buiten de zwangerheid zo gewichtig voor u, als die, wanneer de maandlykfche reiniging gemeenlyk pleegt te vloeijen. Gy kunt niet geloven, hoe nadelig u, op dezen tyd, een verwaarloosde leefregel in elk opzicht kan worden. De algemeene mening en gewoonte leert u dan wel alle artzenyen te vermyden: gy doet er zeer wél aan, fchoon men gevallen heeft, waarin geneesmiddelen nuttig kunnen zyn, doch die de geneesheer volftrekt moet bepalen. Maar gy behoorde u op dien gewichtigen tyd ook even zo zorgvuldig te wachten voor elken misflag in den leefregel, en alle zwaar verterende, verhittende fpyzen en dranken, alle verhittingen en verkoudingen des lichaams, voornaamlyk der voeten en des onderlyfs, en alle onaangenaame hartstochten vermyden, indien gy uwe kostlyke gezondheid niet wilt ondermynen, en

een geſtadig zieklyk leven leiden; wyl gy de gevolgen van elke kleine buitenſporigheid, die gy anders misſchien nauwlyks zoud beſpeuren, in deze tydſtip gemeenlyk in eenen veel hoogeren trap moet gewaar worden. Het ontbreekt hier aan geen treurige bewyzen, en gy kunt zelve zeer veele voorbeelden van dien aart waarnemen, indien gy ſlechts een weinig opmerkzaam wilt zyn.

Zwangeren worden niet zelden, met eene onwillekeurige pislozing, dan eens met eene verſtopping van het water geplaagd. Het eerſte is wel niet zo menigvuldig en gevaarlyk (*o*), maar het laatſte kan u de geweldigſte pyn veroorzaken, en aan het grootſte gevaar blootſtellen. Schoon veele oorzaaken, die hier niet behoren, aanleiding daartoe kunnen geven, ontſtaat het-

(*o*) Hoe zeer dit gebrek inderdaad niet gevaarlyk is, kan het echter de vrouwen zeer lastig worden, en zelfs onaangenaame plaatslyke gewaarwordingen, als ontvellingen, pynen &c. veroorzaken, doch is het ook op den anderen kant waar, dat er niet veele inwendige hulp voor dit gebrek voorhanden is, vooral wanneer het zyn oorſprong aan de ligging van het kind en overige deelen verſchuldigt is. Om de lydenden echter niet geheel en al ongetroost te laten, zo wil ik haar een eenvoudig middel aan de hand geven, en dit is de band van SMELLIE; men maakt namelyk een windſel, welk by wyze van een draagband om den onderbuik gelegd en aan den ſchouder vast gehegt word, waardoor den onderbuik opwaards gebragt en de pisblaas zamengedrukt worden, waarna de pislozing aanmerklyk minder en natuurlyker worden zal. Het gebeurd echter ook niet zelden, dat dit gebrek door hoesten en braken veroorzaakt word, in welk hetzelve gemeenlyk van zelfs ophoud, wanneer de gemelde gebreken, de oorzaak der pisvloed, door behoorlyke middelen genezen worden.

zelve echter meest uit krampen, die den hals der blaas toeknellen, of uit de drukking der uitgezette baarmoeder op denzelven. In het eerste geval doen zacht krampstillende middelen, die niet verhitten, als by voorbeeld een kopje kamillenthee, met een paar droppels zoetgemaakten geest van salpeter, de beste uitwerking. Maar wacht u hier voor alle verhittende, pisdryvende middelen; dezen kunnen u de ontzachlykste pyn, de hevigste ontsteking der blaas en baarmoeder, gevaarlyke bloedvloeijing, en zelfs eene vroegtydige bevalling verwekken. — Wanneer enkel eene drukking der uitgezette baarmoeder de oorzaak der kwaal is, brengt een zacht terugschuiven van dezelve van den hals der blaas de beste, oogenbliklykste verlichting aan. Gy doet in het algemeen wél, wanneer gy u ten eersten beraad en niet lange draalt, want de gesteldheid der kwaal vereischt de spoedigste hulp, zonder welke, in korten tyd, het grootste gevaar voor u daar uit kan ontstaan. — Van de onmerkbaare uitwaasseming, die altyd haaren gewoonen loop moet hebben, indien gy u zult wél bevinden, en van de middelen, om dezelve te herstellen, als zy gestremd is, zeg ik hier niets, wyl ik er reeds op eene andere plaats van gesproken heb. — Het klagen over verstopping, hardlyvigheid, en daaruit voordspruitende kwaalen, is by zwangeren zeer gemeen. De oorzaak daarvan is licht te begrypen, wanneer wy bedenken, dat in de zwangerheid de uitgezette baarmoeder de darmen drukt, en dezelven daar-

door in hunne verrigtingen ſtoort, waar van daan de ſpyzen ook langer daar in opgehouden, en de vuiligheid drooger worden. Wanneer men daarenboven veel eet, en inzonderheid drooge ſpyzen, die zwaar zyn, om te verteren, te weinig drinkt, en insgelyks geen genoegzaame beweging neemt, moet men zich niet verwonderen, wanneer men geſtadig over hardlyvigheid en de daaruit ontſtaande kwaade gevolgen, als hoofdpyn, winden en krampen hoort klagen. Het ſtaat genoegzaam in uwe macht, myne ſchoone lezeresſen, dit voor u zo groot ongemak grootſtendeels voortekomen, indien gy, al het tot hier toe gezegde ter harte wilt nemen. Want, ſchoon er gevallen zyn, waarin wezenlyk hulp van den geneesheer in dit ſtuk nodig is, zullen dezelven dan nochthans ſlechts zeer zelden voorkomen. Eet noch te veele, noch te taaije en zwaar te verteren ſpyzen, maar meer verdunnende en ſapryke, als malſche groente, ſpinagie, geſtoofde ſalaat enz., witte en geele wortelen, alle ſoorten van gekookt ooft, als kwetzen, pruimen, kersſen, appelen; maakt eene genoegzaame beweging, en drinkt dagelyks ten minsten drie of vier pinten water, of eenen anderen verdunnenden, niet verhittenden drank, dan zult gy voorzeker zeer zelden, of misſchien nooit, de kwaade gevolgen der hardlyvigheid ondervinden. —— Doch, byaldien gy u in het tegengeſtelde geval mocht bevinden, en in langen tyd geen ontlasting gehad hebben, en uit dien hoofde reeds de bovengemelde kwaade uitwerkingen der verſtop-

ping mogt ondervinden, laat u eene eenvoudige huisklysteer zetten, uit eene goede handvol tarwen zemelen, in een mengelen water gekookt en vervolgens doorgezegen, en met een lepel vol honig, ongezouten boter en een weinig zout gemengd. Een enkel afkookzel van kamillen, met eenige lepels vol lynolie gemengd, doet dezelfde en nog beter werking, voornaamlyk wanneer gy in dit geval met krampen gekweld zyt, draalt echter niet te lange, om eenen geneesheer te roepen, byaldien gy geen beterſchap daarop beſpeurde, en gewent u ook niet te zeer aan het gebruik der klysteeren, welken, te veel gebruikt, altyd zeer nadelig kunnen wezen (*p*). Eene te groote loslyvigheid ontſtaat insgelyks niet zelden by zwangeren. Dezelve kan uit verſcheiden oorzaaken voordkomen, en de geneeswyze moet altyd voor dezelve gepast zyn. Als zy uit verkouding en belette uitwaasſeming ontſtaan is, kan dezelve enkel met warm houden

(*p*) In het voorbygaan moet ik hier myne lezeresſen waarſchouwen, om uit het hier gezegde over het nadeel der klysteeren, geene algemeene gevolgen te trekken, en vooral de geneeswyze van verſcheide ongemakken door klysteeren, door den heer KÄMPF algemeen bekend gemaakt, uit dien hoofde te veroordeelen; want ofſchoon de klysteeren in eene alleen zwangere en voor het overige gezonde vrouw, overtollig gebruikt, zeer veel nadeel kunnen doen, zo als onzen ſchryver hier te regt aanmerkt, zyn zy echter in ſommige ziekte voorwerpen van zeer veel nut en ſoms zeer heilzaam; en met weinig woorden kan ik myne lezeresſen verzekeren, dat zy zich deze geneeswyze nimmer zullen beklagen, mits zy van eenen geneesheer deskundig en niet roekeloos ondernomen word.

en eenige kopjes thee weggenomen worden. Als onzuiverheden der maag en darmen oorzaak daarvan zyn, en de lyderes tevens walging, verloren eetlust, drukking der maag, buik- en hoofdpyn, en duizeligheid ondervind, zyn onthouding van alle zwaar te verteren ſpyzen, en zagt ontlastende middelen, als by voorbeeld eenige oncen waterachtige rabarber-tinčtuur, met een kleine hoeveelheid ſeignetisch zout het beste, dat gy in dit geval kunt nemen. Als de ſtoffe zeer ſcherp is, en by de ontlasting hevige pyn veroorzaakt, dan dienen veele ſlymige dranken, als by voorbeeld dunne haver- of garſten-ſlym enz. Ik maak u voornaamlyk op de veelerlei oorzaaken en onderſcheiden wyzen van behandeling alleenlyk opmerkzaam, op dat gy zoude zien, hoe licht gy in het gebruik der artzenyen kunt dwalen, en hoe gevaarlyk deze dwaling voor u kan worden. Alle buikvloeden, die met hevige ſnydingen, of zelfs wel gewaarwordingen, die naar weën gelyken, gepaard zyn, vorderen van uwen kant alle mogelyke voorzichtigheid, en gy doet zeer wél, wanneer gy ten eerſten hulp zoekt, in plaats dat gy dezelven met ſtoppende en verhittende middelen, tot uw grootſte nadeel, zoud willen tegengaan; want dikwerf is het eene heilzaame werking der natuur, waardoor zy eene ſchadelyke ſtoffe, ten beste uwer gezondheid, uit het lichaam dryft.

NEGENDE AFDELING.

Over de driften, de verbeeldingskracht, en het gedrag der zwangeren in dit opzigt.

Zonder aandoening, myne waarde lezeresſen! zoud gy zo beminlyk niet zyn, ook zou uwe gezondheid niet lange kunnen beſtaan, maar alle te hevige aandoening, alle gemoedsbewegingen en neigingen, die de grenspaalen van vernuft te buiten gaan, te lang duren, en te dikwyls wederkomen, worden driften, en kunnen, gelyk de dagelykſche ondervinding leert, de gevaarlykſte en treurigſte gevolgen voor uwe gezondheid en ſchoonheid hebben. Gy word door eenig voorwerp eerder aangedaan, dan mannen, en gy zyt uit hoofde van uwe beweeglyker aandoenlyker zenuwgeſtel voor vreugde en droefheid even vatbaar! Onaangenaame hartstochten maken by u wel zulk eenen blyvenden indruk niet, doch zy zyn u niet minder nadelig, wyl het ligter en dikwyler wederkomen derzelven in dit opzicht doet het geen anders de ſterkte en duurzaamheid zou doen. Het zal onnodig zyn, u te herinneren, dat hier, even als in alles, uitzonderingen plaats hebben, wyl ik altyd, wanneer ik in het algemeen ſpreek, alleenlyk het

grootste gedeelte myner lezeresſen bedoel. Het zou overtollig en niet overeenkomstig met myn ontwerp zyn, hier eene breedvoerige wysgeerige verhandeling over de hartstochten te ſchryven, zo ik er al' wezenlyk in ſtaat toe mogt wezen. Ik zal myne lezeresſen ſlechts in het algemeen de werkingen derzelven leren kennen, ten einde haar in ſtaat te ſtellen, haare vyanden een weinig van naderby te kennen, en zig voor dezelven te kunnen wagten. — Het is algemeen bekend, dat de driften, wanneer zy binnen de behoorlyke grenzen blyven, veel goeds, maar ook, wanneer zy dezelven te buiten gaan, nog meer kwaads kunnen ſtichten. Doch, indien te hevige, te langdurende en dikwyls wederkerende gemoedsbewegingen alle menſchen, en voornaamlyk het ſchoone geſlacht, nadeel doen, moeten zy zwangeren, by welken buitendien de prikkelbaarheid of aandoenlykheid des lichaams ongemeen ſterk vermeerderd is, nog oneindig meer nadeel kunnen toebrengen. En hoe zeer moet de tedere vrucht des lichaams daardoor niet lyden! moeten niet vroegtydige bevallingen, miskraamen, of ongezonde, met de ſchriklykſte ziekten behebte kinderen, de treurige gevolgen daarvan zyn, wanneer de moeder zig, gedurende haare zwangerheid, te zeer daaraan overgeeft? Het ontbreekt ongelukkiglyk! aan geen treurige bewyzen dezer waarheid, en misſchien zyn u zelven voorbeelden bekend, dat moeder en kind het ſlachtoffer van eene overylde hartstocht werden, en echter ziet men dagelyks nog

dergelyke voorvallen. ,, Maar, zult gy zeggen, myn heer de doctor, gy hebt goed voorprediken! het is gemaklyker, eenen regel voorteſchryven, dan dien in agt te nemen; en hoe zullen wy ons dan, zelfs met den besten wil, om al onze overige hartstochten te beheerſchen, voor droefheid en ſchrikken wagten?" — Gy maakt my inderdaad eenigzints verlegen. Maar kunt gy my zeggen, dat ooit de grootte van het kwaad door droefheid verminderd is? Wie zal zo onvoorzichtig zyn, u een treurig bericht, inzonderheid plotslyk te brengen? En, indien gy indedaad reden van droefheid mogt hebben, vermyd dan de eenzaamheid, zoekt aftrekking, en doet alles wat u welgemoed kan maken en uwe gezondheid bewaren. De kwaade uitwerkingen van plotzen ſchrik kunnen ook door een verſtandig, ſtandvastig gedrag van uwe zyde verminderd worden. En zulken, die u, zelfs met het alleronſchuldigst oogmerk van de waereld, in uwen ſtaat den geringſten ſchrik met voordagt veroorzaakten, zouden ten hoogſten ſtrafbaar zyn! Doch hiervan, gelyk ook van de beste gedraging der zwangeren, om alle of de meeste kwaade gevolgen der hartstochten op de verſtandigſte wyze voortekomen, zal ik, op eene andere plaats, nader ſpreken.

De hartstochten werken ſnel, of langzaam, dat is; zy veroorzaken eenen plotzen dood, of ondermynen allengs de krachten des lichaams, en veroorzaken eene ongeneeslyke tering, en vrouwen zyn voornaamlyk om die reden, volgens de

ondervindingen der grootfte geneesheeren, zo zeer aan de laatfte kwaal blootgefteld.

De *droefheid* werkt meer langzaam, dan hevig, wanneer zy een langdurig kwaad tot grond heeft, echter kan eene plotze droefheid, als zy te groot en te hevig op eens is, ook den dood veroorzaken, of andere fchriklyke, plotslyk ontftaande gevolgen hebben. De gefchiedenis levert ons verfcheiden voorbeelden van dien aart. De dochter van CESAR, en de keizerin IRENE ftierven beiden van hartzeer, toen zy, de eerfte, den dood van POMPEJUS, en de andere, het overlyden van den keizer FILIPPUS, haare gemaalen, vernamen. — STAHL zag eene moeder, op de tyding van den dood haars zoons, in onmagt vallen, die met eene beroerte eindigde, en haar plotslyk doodde. — Eene langzaame aanhoudende droefheid werkt, gelyk bekend is, niet zo hevig, doch de gevolgen zyn echter niet minder nadelig voor de gezondheid. Zy verzwakt de zenuwkrachten en de fpysvertering ongemeen, beneemt den eetlust en den flaap, verwekt winden, krampen en flauwten. Treurigen worden eindelyk over de geringfte kleinigheid gevoelig en gemelyk, en ondermynen juist daardoor derzelver gezondheid hoe langer hoe meer. De omloop des bloeds gefchied ongemeen langzaam en onvolmaakt, wyl het flechts met groote moeite en onder zuchten door de long voordgeftoten word. Derhalven ontftaan hieruit verftoppingen der lever, geel- en waterzucht, eindelyk de diepfte zwaarmoedigheid, krankzinnigheid,

tering, en by vrouwen niet zelden de schriklykste van alle kwaalen, de kanker in de borsten. Zeer zeldzaam, of, misschien, nooit verwekt éene onaangenaame hartstocht alleen alle kwaade gevolgen, het zy dezelven plotslyk of langzaam ontstaan; en altyd gaan er meer, als by voorbeeld schrik en vrees, droefheid en smert, hartzeer, kommer of gramschap met elkander gepaard enz. Schielyker en dieper werkende moeten derhalven de gevolgen zyn, wanneer by voorbeeld eene hartstocht als de droefheid met eenige drukkende smert, hartzeer, of kommer verzeld is, gelyk zulks zeer dikwyls plaats heeft. En dit moet ook van alle zamengestelde onaangenaame gemoedsbewegingen verstaan worden. Zo stierf VALENTINI van Milaan van verdriet, om dat men den dood haars gemaals, den hertog van ORLEANS, niet wrook: — de Dauphine MARGARETHA van Schotland, om dat men aan haare kuischheid twyfelde, — en de koningin ELISABETH verviel, na dat zy den graave van ESSEX had doen onthoofden, in eene mattigheid, die haar langzaam naar het graf bragt; doch, toen zy vernam, dat hy om genade verzocht, en men haar zulks verzwegen had, viel zy in eene vertwyfeling, die haar schielyk van het leven beroofde. — Wanneer de gevolgen van deze hartstochten by onbevruchte vrouwen zo treurig zyn, hoe veel te meer zullen zy het by u en by uwe tedere lichaamsvrucht zyn; want beiden, en voornaamlyk de laatste, moeten al het onaangenaame dezer hartstochten in eenen

veel hoogeren trap ondervinden. Zy bekomt geen genoegzaam gezond voedzel, en vind reeds of in het lichaam der moeder haaren vroegen dood, hetwelk wezenlyk beter is, of voert tot aan haar einde een ellendig, zwak met schriklyke ziekten behebt lichaam met zich om. Alles, wat de natuur, in dit stuk, vreeslyks heeft voordgebragt, bevat de treurige geschiedenis, welke de heer UNZER aangetekend heeft. — Ik kan niet afzyn, dezelve hier verkort medededen. Eene vrouw ontving, in de zevende maand haarer zwangerheid, tyding van den erbarmlyken dood van haaren man en zoon te gelyk. Zy stortte in de diepste droefheid en verloste, op het einde der negende maand, van eene dochter, welker gezicht uitermaten ontsteld was, en eene allerschriklykste vertoning opleverde. Zy was al haar leven stom, en kon sleehts door een onverstaanbaar geluid haare begeerte te kennen geven. Het gebruik van het verstand ontbrak haar ganschlyk, en zy kon in haar twaalfde jaar, zonder hulp van anderen, noch spys en drank tot zich nemen, noch andere nooddruftigheden verrichten. By elke verandering der maan wierd zy telkens door de hevigste stuiptrekkingen overvallen. Dan weende zy, dan vloog zy verschrikt op, tot dat zy ras daarop in onmagt viel, waarby haar met tusschenkomenden hik de schuim op den mond kwam, en alle overtollige voorraad in het lichaam van haar ging. Deze aanval duurde gemeenlyk vierentwintig uuren agter elkander, waarop zy in eenen even zo langen slaap viel,

en naderhand in zo verre herſteld werd, om alleenlyk met elke nieuwe maanverandering nieuwe ellende te ondergaan. — Niet minder droevig, ten aanzien der moeder, is de geſchiedenis, welke de heer FRANK ons levert. Het is, zegt hy, thans, daar ik dit ſchryf, even vier dagen geleden, dat eene beminnenswaardige vrouw begraven werd, welker dood het ſterkſte bewys van de gevolgen eener aangeprikkelde verbeeldingskracht kan opleveren. Deze ongelukkige had voor een half jaar haaren echtgenoot verloren. Toen zy haare ontbinding naby zag, voorſpelde zy haaren zielenzorger met eene ſoort van zekerheid haaren aanſtaanden dood, welke met haare wezenlyk volkomen gezondheid niet in het minſte overeenkwam. Zy verloste, zonder erge toevallen, van eene gezonde en kloeke dochter. De vroedvrouw toonde haar het welgemaakt en friſch meisje, om haar als eene gelukkige moeder te bemoedigen; zy zag het aan, en riep uit: *o gy ongelukkig, zonder vader geboren kind!* — Plotslyk overvielen haar de levendigſte pynen in al de leden, zy voelde koud doodzweet en beklemming enz. Myn zalige man roept my, zeide zy, en ik kom by hem! — En in minder dan vier uuren was zy er niet meer. —

Verontwaardiging, het gevoel van eene groote belediging, zonder zich te kunnen of te durven wreken, vind meest alleen by mannen plaats, en is eene uit toorn, treurigheid of verdriet zamengeſtelde hartstocht, die myne lezeresſen wel niet behoorde bekend te zyn, doch waarvan ik haar

echter een woordje moet zeggen, wyl ook de ſchoonſte dames menſchen zyn en blyven, en dikwyls zo wel, als de heeren, aan alle billyk misnoegen en gramſchap blootgeſteld zyn. Deze hartstocht kan ook plotslyk doden, of ten minsten even zo gevaarlyke gevolgen hebben als de droefheid. Voorbeelden hiervan zyn ook niet zeldzaam. VALERIUS MAXIMUS verhaalt, dat de echtgenoote van NAUSIMENES, eenen Athener, haaren zoon en haare dochter in bloedſchande betrapt hebbende, op ſtaande voet ſtom geworden, en het gedurende haar ganſche leven gebleven was. — Eene dochter vond haaren minnaar in de armen haarer moeder, en viel in eene ongeneeslyke krankzinnigheid.

Schrik en *toorn* zyn onder al de hartstochten die, welken by het ſchoon geſlacht de meeste verwoestingen aanrechten. Dodelyke flauwten, zinvang, lammigheden, altyddurend ſidderen der leden, vallendeziekte en beroerten zyn, volgens de ondervindingen der grootſte geneesheeren, de gewoonlykſte gevolgen van eenen hevigen ſchrik. De omloop des bloeds word plotslyk geſtremd, het ſtolt omſtreeks het hart en de long, van daar de pynlyke engborstigheid, verlies der ſpraak, bleekheid der lippen en des aangezichts enz. Doch hier blyft het niet by. Er ontſtaan dikwyls berstingen der bloedvaten, dodelyke bloedſtortingen, of ſtremming der gewoone bloedvloeijingen. Zelfs worden de zweetgaten zamengetrokken, de hairen ryzen in de hoogte, en men heeft zelfs de merkwaardige waarneming ge-

maakt, dat dezelven door de werking van eenen hevigen schrik in korten tyd van verwe veranderen, en grys worden. En hoe groot de kwaade werking van den schrik inzonderheid op zwangeren is, zult gy uit de volgende voorbeelden zien. De heer TRALLES verhaalt van eene vrouw, die door muizen, welken haar in den slaap over het aangezicht liepen, zo verschrikt werd, dat zy een zwak, met de vallendezickte behebt kind, ter waereld bracht; en van eene andere, die wegens eenen onverwachten musketschoot zo verschrok, dat zy weinig dagen daarna van een dood kind verloste. En SCHENK betreurt den dood zyner echtgenoote, die anders gezond en sterk zynde, in de laatste maanden haarer zwangerheid, van de hoogte van haar huis den brand, die in de nabyheid ontstaan was, en de door de luchtvliegende vonken zag, en daar van zo verschrok, dat zy eenen hevigen aanval van de vallendezickte kreeg, die haar binnen twaalf uuren, nevens haare vrucht van het leven beroofde. — Hoe voorzichtig men voor het overige in het verhalen van schrikbarende gebeurdnissen by zwangeren moet zyn, welken men haar nooit behoorde ter kennis te brengen, en hoe strafbaar het is, zwangeren of kraamvrouwen eenen moetwilligen schrik aantejagen, kunnen de volgende twee geschiedenissen leren. De heer baron VAN SWIETEN verhaalt van eene zwangere, dat zy gerust sliep, terwyl er brand in de nabuurschap was; haare zorgvuldige moeder wenschte haar des morgens geluk, dat een

geruste ſlaap haar voor allen ſchrik bevryd had. Oogenbliklyk begon de ongelukkige aan al haare leden te ſidderen, er volgde eene plotze bloedſtorting, miskraam, ſlauwten en ſidderen, waarvan echter de moeder met het grootſte gevaar gered werd. — Het tweede geval heeft SALMUTH van de echtgenoote des lyfartzs van eenen Prins van Anhalt aangetekend. Deze gaf tegen den nacht aan haar kind de borst. Eenige vrouwsperſoonen, die uit een gezelſchap naar huis gingen, klopten uit ſcherts tegen de venſters en op de deur. Dit deed de kraamvrouw derwyze ſchrikken, dat haar ganſche lichaam begon te beven, en zy plotslyk eene bloedſtorting kreeg, die een geheel jaar aanhield, en zo ſterk was, dat het bloed door het bed drong, en zy eindlyk daaraan overleed.

De uitwerkingen der *gramſchap* zyn der gezondheid, en voornaamlyk eener zwangere niet minder nadelig. Het ſchoonſte aangezicht word daardoor ontſteld, rood, de oogen ſtaan te branden, het bloed ſtroomt met ongemeen geweld door het lichaam, of er ontſtaan hevige kramptrekkingen in de zenuwen, het aangezicht word bleek, de adem benauwd, de ſtem zwak enz. En in beide gevallen zyn dikwerf geweldige maagkrampen, kolyken, onophoudelyk braken en buikvloeden, gevaarlyke galkoortzen, geelzucht, ſtuipen, vallende ziekte, beroerten, dodelyke bloedſtortingen, miskraamen en vroegtydige bevallingen de treurige gevolgen van deze hartstocht by zwangeren. FALLOPIUS haalt

de geschiedenis van eene vrouw aan, die na elke ergering de roos in het aangezicht kreeg; en de heer LUPIN zag dezelve by eene zwangere, na eene gramschap, met koorts gepaard ontstaan. — De heer VAN SWIETEN verhaalt eene nog veel vreeslyker gebeurdtenis. Een krakkeelachtig wyf van 30 jaaren, van volmaakte gezondheid, en van de beste lichaamsgesteldheid, maakte zich, kort voor den tyd haarer bevalling, over eene buurvrouw, die een van haare kinderen geslagen had, geweldig toornig. Zy voelde aanstonds iets ongewoons in haar lichaam, waaruit zy haaren spoedigen dood voorspelde. Na verloop van eenige dagen kreeg zy eene geweldige bloedstorting en kramptrekkingen, onder dewelken zy, voor dat men haar te hulp kon komen, moest sterven. Na haaren dood vond men twee kinderen, van het manlyk geslacht, dood in de baarmoeder. Daar dit by eene sterke en aan de gramschap en het krakkeel gewoone vrouw kon gebeuren, voegt de heer VAN SWIETEN er by, wat moet van dezelfde oorzaak het gevolg by gevoelige en aandoenlyke moeders zyn? —— En de heer TISSOT merkt aan, dat eene vrouw in twee jaaren viermaal te vroeg verloste, en wel telkens tusschen de derde en vyfde maand, wanneer zy zich kwaad gemaakt had.

De *vrees* verzwakt ongemeen de krachten van het hart, maakt den polsslag langzaamer, het ademhalen bezwaarlyker, verslapt het gansche lichaam, stremt de zo nodige uitwaasseming door de huid, en vermeerdert daartegen de opslur-

ping. Om die reden worden vreesachtige lieden, volgens de waarneming der grootste geneesheeren, veel eer door heerschende gevaarlyke ziekten besmet, dan anderen, die niet bevreesd zyn, en geen afkeer hebben. Gy ziet, van hoe veel gewicht deze aanmerking, en een gezet standvastig gedrag voor u is, wanneer gy u in de noodzaaklykheid mocht bevinden, om zieken te bezoeken. Als gy eenen afschuw hebt, vreest besmet te worden, dan raad ik u, zulke plaatzen, daar gy aan dit gevaar zoud kunnen bloot gesteld zyn, liever geheel te myden. De verbeelding en de bovenaangehaalde omstandigheden werken in dit stuk ongemeen sterk. Maar laat u ook niet te zeer van eene ongegronde vrees verweldigen, die dikwyls geheel onverschillige dingen in wezenlyk gevaarlyke en nadelige kan veranderen. Ten einde u nog nader daarvan te overtuigen, zal ik slechts eenige voorbeelden van dien aart aanhalen. FALCONET verhaalt het geval van eene vrouw, zegt de heer ZIMMERMANN, die zich uit vrees de pokjes plotslyk op den hals haalde, doordien zy in de kerk eene vrouw zag, die roode vlakken in het aangezicht had, en meende, dat deze vlakken een gevolg van de pokjes waren, ondertusschen had die vrouw de pokjes niet, maar iets scorbutieks in het bloed; maar de vrees opende by deze de opslurpende vaten der huid, en misschien vatteden dezen in de lucht de besmetlyke deelen der pokjes. — Nog kortlings, vervolgt

de heer ZIMMERMANN, kwam de zoon van eenen waardigen geestlyken, een jong, beminnenswaardig heer, van eene tedere gesteldheid, in het vertrek van eenen, die aan de heete koorts overleden was, hy vatte het lyk by de hand, zyne aanwezende vrienden zeiden tegen hem, om zyne tederheid op de proef te stellen, dat hy zich nu de heete koorts op den hals gehaald had; en een paar dagen daar na had hy indedaad de heete koorts met al de gewoone toevallen van dezelve. — En WILLIS heeft zeer wel gezegd, dat de geenen, welken den meesten afschuw voor de pokjes hebben, dezelven het eerst en het schielykst krygen. De baron VAN SWIETEN zag by eene, anders gezonde vrouw enkel uit vrees een onoploslyk gezwel ontstaan. De heer TISSOT verhaalt van eene vrouw, die door de vrees, welke haar, by gelegenheid, dat zy over het water voer, getroffen had, binnen weinig minuuten de geelzugt kreeg, en dezelve meer dan een half jaar behield. En de heer LEAKE heeft opgemerkt, dat eene vrouw van 21 jaren, welke een teder lichaam had, in de zevende maand haarer zwangerheid door eenen buikvloed werd overvallen, die na eenen grooten angst was ontstaan. Dezelve duurde tot op de helft van de achtste maand, wanneer dezelve loopachtig wierd. Maar hoe veel gevaarlyker gevolgen de vrees en angst op het gemoed der zwangeren en kraamvrouwen kunnen hebben, als dezelven lang duren of dik-

wyls vernieuwd worden, ziet men duidelyk uit hetgeen de verdienstlyke heer hofraad FRANK (*) aanhaalt, by gelegenheid, dat hy van de gewoonte fpreekt, om overledenen onder het geftadig klokkengelui te begraven. Voor eenige jaaren, zegt hy, heerschte te Spiers eene boosaartige kraamkoorts, die in korten tyd veele kraamvrouwen aan de heete koorts en andere foorten van uitflag in het graf fleepte. Dagelyks werd over eene overleden kraamvrouw de klok geluid. Het is ongelooflyk, met welken fchrik alle zwangere vrouwen den tyd haarer verlosfing zagen naderen: de geringfte onpaslykheid veranderde by elke kraamvrouw, zo dra zy flechts de noodlottige klok hoorde, in de ergfte toevallen, en men hoorde haar zich zelve den dood aankondigen, wanneer nog nauwlyks eenige ziekte begon, waarby de vervulling van haare voorfpelling maar al te dikwerf plaats had.

De aangenaame hartstochten zyn niet minder van kwaade uitwerkingen en gevolgen verzeld, wanneer dezelven de behoorlyke paalen te buiten gaan, of te fchielyk met onaangenaamen afwisfelen. Zelfs de *vreugde*, wanneer zy te groot, te geweldig op eens is; kan dodelyk worden, en is het eerder, dan al te groote droefheid; doch by geluk niet zeer dikwyls. Het bloed word of op eens in eene te fterke en drif-

(*) *Medicinifche Polizey*, van welk verdienstlyk werk de heer BAKE te Leiden reeds eenige ftukjes in het hollandsch uitgegeven heeft.

tige beweging gebragt, of door de werking der zenuwen plotslyk geſtremd. Het ontbreekt hier ook aan geen voorbeelden. Dus ſtorven twee Roomynſche vrouwen van vreugde, die haare zoons onverwacht uit den ſlag zagen terugkomen. Eene aanzienlyke familie in Holland was in armoede vervallen, de oudſte broeder ging naar Oostindiën, maakte zyn geluk, en deed zyne in kommer levende zuster by zich komen, hy toonde haar de kostbaarheden, welken hy haar wilde vereeren; zy zag dit alles, zy verſtyfde, en ſtierf. De nicht van den heer VAN LEIBNITS, echtgenoote van eenen predikant, vermoedde niet, dat een wysgeer geld kon nalaten; doch zy vond na den dood van den heer VAN LEIBNITS 60000 dukaaten in eene kist onder zyn bed, en ſtierf op het eerſte gezicht dezer dukaaten. Men ziet hieruit, hoe nodig het is, zelfs by het brengen van blyde tydingen aan zwangeren, zeer voorzichtig te wezen. —

Nu moet ik, volgens myne beloften, u ook nog iets zeggen van de wyze van zich te gedragen en de middelen, om de kwaade gevolgen der tot hier toe verhandelde hartstochten voor te komen. Ik zwyg met voordacht van de overige gemoedsbewegingen, wyl ik geloof, dat gy uit het reeds gezegde de kwaade uitwerkingen van dezelven zeer gemaklyk zelve kunnen verklaren. — De *toorn* en ergernis verdienen inzonderheid onze opmerking. — Wanneer gy u vertoornd hebt, hetwelk van rechtswege nooit behoorde te geſchieden, en gy zelfs reeds eeni-

gen der kwaade gevolgen befpeurt, van welken ik hier boven gewag gemaakt heb, dan neem een weinig citroenfap in thee, wanneer de gisting des bloeds te fterk is. Als deze daarop bedaard is, drinkt by elk pintje water een lepel vol bereidden wynfteen en fuiker, tot dat eene zagte ontlasting volgt. Hierdoor gaat de gal uit de maag en darmen mede weg, en kan niet in het bloed dringen, geen geelzucht, galkoorts en nog erger gevolgen veroorzaken. — Indien de ontroering zeer geweldig is geweest, moet de geneesheer verder raad geven, en voor dat hy zulks gedaan heeft, doet u, wat ik u bidden mag, toch niet aderlaten, wyl anders de gal in het bloed overgaat, en gy u zeer ligt geelzucht, galkoorts enz. kunt veroorzaken, en zo gezondheid en fchoonheid te gelyk bederven. Want het aderlaten midden in de ergernis of aanftonds na den toorn is volftrekt telkens in ftaat dit nadeel voorzeker, of nog een veel grooter te wege te brengen. Ik kan u dit niet ernftig genoeg voordragen, zelfs is de rhabàrber voor volbloedige zwangèren alsdan zo dienstig niet, als de verkoelende wynfteen. (*q*)

Indien gy onverwacht hevig mocht fchrikken,

(*q*) Even zo gevoeglyk kan men voor het al te veel gebruik van de *Hoffmanfche droppels* waarfchouwen. Het is duidelyk bewezen, dat deze droppels niet verkoelende, maar liever verhittende zyn, waar uit natuurlyk volgt, dat men dit middel niet in alle gevallen en na elke gemoedsaandoening (zo als men algemeen gewoon is) gebruiken moet.

laat dan uwen geneesheer halen. Hy zal u de krachtigfte middelen voorfchryven, die alleen uwe byzondere lichaamsgefteldheid voegen, en de dreigende gevolgen van den fchrik kunnen voorkomen. Ondertusfchen fpant, zodra gy van den eerften indruk dezer gevaarlyke hartstocht bekomen zyt, al de krachten van uw verftand en al uwe kloekmoedigheid in, en drinkt eenige kopjes vlierbloemen-thee met citroenfap en fuiker. De fchrik trekt, even als verkouding, de vaten zamen, en moet ook eveneens behandeld worden. Tracht dan door wandelen, ryden, komediën, concerten, doch inzonderheid door gezelfchap met de verftandigften en geestigften uwer vriendinnen de gedachten afteleiden. Dit, en de raad van uwen geneesheer, die weten zal, hoe men door behoorlyke middelen, en verwekking van eene aangenaamer levendig gevoel het onaangenaame verzwakt en onnadelig maakt, zal alle kwaade gevolgen zo veel mogelyk verhoeden. — Ik moet u denzelfden raad tegen de *treurigheid* geven, behalven het geen ik reeds tegen haare fchadelyke indrukken hiervoor heb aanbevolen. Ondertusfchen werkt dezelve langzaamer, dan de fchrik, en dus zal uw geneesheer, en andere verftandige en ervaren vrienden en vriendinnen, dezelve ook trachten te verdryven en allengs in te vredenheid te veranderen. — Tegen de kwaade gevolgen der *vrees* dient insgelyks het geen ik tegen de fchadelykheid van den fchrik en de treurigheid aangeraden heb. Eenige kopjes thee met

citroenſap en een weinig wyn zouden in dit geval met nut kunnen aangeraden worden.

Het zal ſchier niet nodig zyn, middelen voorteſlaan tegen de kwaade uitwerkingen der vreugde, wyl dezelve, in deze met zo veele minder blyde gebeurtenisſen geplaagde waereld, zelden zo ſterk en hevig is, dat zy groot nadeel kan veroorzaken. Wanneer ondertusſchen, op eene blyde boodſchap, het bloed te zeer gist, het hart te ſterk klopt, de neus zelfs wel aan het bloeden raakt, men pyn in den rug en persſing naar onder gevoelt, moet men een weinig citroenſap en ſuiker met water drinken, of een lepel vol frambozen azyn in elk pint water gebruiken, en op den arm adergelaten worden. Doch als het mogelyk is, den geneesheer ſpoedig te hebben, zal het veiligſte zyn, deszelfs raad in dit geval te volgen.

Volgens myn plan moet ik hier ook iets zeggen van de uitwerkingen der verbeeldingskracht van zwangeren op de vrucht des lichaams, op de misgeboorten en moedervlakken enz. Het is de plaats niet, eene breedvoerige, geleerde verhandeling over deze ryke ſtof te ſchryven, en ik zal in het algemeen kort zyn, wyl in de ganſche zaak nog zeer weinig beſlist is. Zo veel is zeker, men gaat op beide zyden te verre, wanneer men alles verwerpt, of alles aanneemt. Zeer veele kinders komen met vlakken, zogenoemde moedervlakken of andere gebreken ter waereld. De werkzaame verbeeldingskracht der moeder vind nu na de geboorte in deze zogenoemde

moedervlakken eene gelykheid met zekere dingen, die haar gedurende de zwangerheid inzonderheid troffen, en welken zy nu het ontſtaan derzelven toeſchryft. Het gerucht is daar ook zeer werkzaam by, het vergroot de geſchiedenis altyd meer, gelyk GELLERTS ſnapſter, en nu ontſtaan daaruit dikwyls vreeslyke misgeboorten. Maar veel gewichtiger is het geen de ondervinding hier leert, dat namelyk het gebrekkig maakzel der baarmoeder, of uitwendig geweld zeer veel tot het ontſtaan der zogenoemde misgeboorten of kwalyk gevormde kinderen doen. Want, wanneer het denzelven aan genoegzaame ruimte ontbreekt, om zich naar alle zyden behoorlyk uittezetten, wanneer daardoor derzelver wasdom op de eene of andere wyze verhinderd word, moeten zy natuurlyk gebrekkige, misvormde leden bekomen. En geloof my, myne waarde lezeresſen! de fraaije vertelzels van vruchten naar honden, katten, of aapen gelykende, die u zo ſchriklyk voorkomen, zyn niets dan verdichtzels! Zyt er niet bevreesd voor, de natuur maakt zulke afſchuwlyke ſprongen niet, als het menschlyk verſtand, of, liever, de verbeeldingskracht. — Doch het zy daarmede zo als het wil, de verbeeldingskracht mag by het ontſtaan der zogenoemde misgeboorten en moedervlakken veel, weinig, of niets werken, zo is echter de hevige aandoening, die u beheerscht, u zeer nadelig, wanneer uwe verbeeldingskracht door eenig ſchriklyk of onaangenaam voorwerp verontrust en aangedaan word. Want gy weet uit het voor-

gaande, dat vrees, fchrik, ontfteltenis en affchuw, en in het algemeen elke hevige hartstocht, gevaarlyke bloedvloeijingen, zelfs eene vroegtydige bevalling en andere kwaalen kunnen veroorzaken, zonder juist moedervlakken en misgeboorten met dubbele hoofden en armen te moeten voordbrengen. Het nadeel, dat gy en de vrucht uws lichaams by dergelyke voorvallen aan de gezondheid lyd, verdient veel meer, dan de moedervlakken, uwe ganfche opmerkzaamheid. Gy ziet hier uit, hoe nodig het is, dat gy, gelyk reeds gezegd is en niet genoeg gezegd kan worden, alle plaatzen zorgvuldig vermyd, daar gy u aan zulk een gevaar bloot ftelt; of, het geen nog veel nodiger is, dat gy, wyl u onvoorziens iets fchrikagtigs kan bejegenen, altyd op uwe hoede zyt, uw verftand gebruikt, en nooit te zeer laat beheerfchen door de aandoening, welke er door verwekt word. Een gezet ftandvastig gedrag kan hier ook ongemeen veel en fchier alles afdoen; want het is eene vaste waarheid, dat hoe geringer in anders gelyke omftandigheden de indruk is, welken een vreesverwekkend voorwerp op u maakt, des te geringer zullen ook de kwaade uitwerkingen zyn, die het by u te wege brengt; en de waardige heer hofraad STARKE, die my verfchonen zal, dat ik deze fchoone gedachte nog van hem ontleen, zegt zo fraai, als gepast: Myn beste behoedmiddel tegen de moedervlakken is, het vrouwlyk geflacht te zeggen, hoe ontoereikend, hoe ongewis, hoe onwaarfchynlyk de zaak is, en hoe

weinig hetzelve te vrezen heeft, wanneer *vrees*, *fidderen*, *angst* en *beven* voor de zaak voorby is; dan werkt de indruk weinig of in het geheel niet; want de zekerheid befchut u voor het gevaar (*r*).

Tot flot van deze afdeling moet ik met weinige woorden iets aanroeren, welks misbruik by zekere omftandigheden de nadeligfte gevolgen voor uwe gezondheid en die van uwe vrucht kan hebben, en hetwelk niet minder uwe opmerkzaamheid verdient. Gy zult my wel begrypen, myne waardfte lezeresfen! dat ik hier de al te menigvuldige, al te driftige echtlyke omhelzingen bedoel. Doch word niet befchaamd! ik zal u niet verlegen maken, maar oude ervaren geneesheeren voor my laten fpreken. „ De echtlyke omhelzingen kunnen de maandftonden „ verwekken, en als de moeder juist niet vol- „ bloedig is, kan zy daardoor het kind het tot „ voedzel nodige bloed onttrekken. Doch, „ fchoon dit het geval niet ware, ontftaan er „ echter andere kwaalen uit. De geneesheeren „ willen beweren, dat het kind eene wellustige „ en geile gefteldheid en een met fcherpe fappen „ vervuld lichaam bekomt, wanneer zyne moe- „ der gedurende de zwangerheid dikwyls doet „ het geen moest gefchieden, toen het zou wor- „ den. Zy gaan nog verder en verzekeren, dat

(*r*) Lezeresfen die iets meerder over deze gewichtige ftoffe weten willen, kan ik onder anderen het werkje van den heer B L O N D E L, *over de verbeeldingskracht der zwangere vrouwen*, uit de franfche taal in de nederlandfche vertaald, zeer aanpryzen, in welk zy van het hier gezegde meerder overtuigd zullen worden.

„ hetzelfde nadeel ook zelfs ontſtaat uit den vee-
„ len ſterken trek naar de echtlyke omhelzingen.
„ Het geen in deze verlegenheden het beste is,
„ vervolgt onze ſchryver, moet het verſtand le-
„ ren. Als dit geen meester over de zinnen
„ kan worden, is het beter, zyne begeerte te
„ verzadigen, dan by eenmaal verwekte veran-
„ deringen des lichaams het kwaad erger te ma-
„ ken. Want, wanneer eene drift eens daar is,
„ is het voor de gezondheid voordeliger, der-
„ zelve den vryen loop te geven, dan dezel-
„ ve plotslyk te onderdrukken, wanneer het
„ nadeel altyd grooter is." — Zo ſprak de heer ZÜCKERT reeds voor veele jaaren in een boek, hetwelk eigenlyk ook ter onderrichting voor het ſchoon geſlacht beſtemd was, maar ongelukkiglyk by de minsten myner lezeresſen zal bekend zyn. Ik haal dit ſlechts tot myne rechtvaerdiging aan, ten einde gy my van geen misſlag tegen de vrouwlyke kieschheid zoud beſchuldigen, die my altyd, zo als alle geneesheeren, heilig moet wezen. Of de heer ZÜCKERT volkomen gelyk heeft, durf ik niet beſlisſen; doch zo veel weet ik, dat men er veel by zou kunnen aanmerken, en dat voornaamlyk de gevolgen van het misbruik dezer zaak, in zekere omſtandigheden, veel ernſtiger en gevaarlyker kunnen worden, dan de heer ZÜCKERT dezelven opgegeven heeft; want veele ſchryvers willen bloedvloeijingen, wanvruchten, miskraamen en ontydige bevallingen daaruit hebben zien ontſtaan. Inzonderheid is onthouding in het begin,

en in de derde en vierde maand der zwangerheid nodig; wanneer vrouwen zeer zwaklyk, en aandoenlyk zyn, of zelfs wel reeds miskraamen gehad hebben. Ik zal dit insgelyks door voorbeelden trachten te bewyzen. KLINKOSCH bericht, zegt de heer FRANK, dat hy eene vrouw, die reeds vyfmaal te vroeg bevallen was, zonder dat alle kunst in ſtaat was geweest zulks te verhoeden, wyl zo wel zy als haar man, zelfs gedurende de zwangerheid, hunne vuurige drift (te zeer!) volgden, geholpen had, door haar te raden, dat zy zich by de minſte twyfeling, van weder zwanger geworden te zyn, tot na de verlosſing van de echtlyke bywoning zou onthouden. De man hierin bewilligd hebbende, was zy weldra eene blyde moeder van drie voldragen kinderen geworden. Het is nauwlyks te geloven, vervolgt deze geleerde, hoe veel een zwak en teder kind by deze gelegenheid te lyden heeft. De vrucht des lichaams in de eerſte maanden uit zeer weeke, ligtſcheidbaare vezelen beſtaande, is het geen wonder, wanneer dezelve daardoor of vernietigd en afgedreven, of ontydig, half dood, misvormd, of met ſteeds blyvende gebreken der hersſenen, ter waereld gebragt word. En de heer ridder ZIMMERMANN zegt; de by ons zo menigvuldige ontydige bevallingen hebben meestendeels geen andere oorzaak. Offchoon een bovenmatige byſlaap de oorzaak der *eerſte* ontydige bevalling niet is, (hetwelk nogthans menigmaal, onder bovengemelde voorwaarden, mogelyk is,) kan echter de neiging tot verdere

ongelukken nooit weggenomen worden, wanneer de eenmaal zwangere vrouw zich van denzelven niet onthoud. Het gebeurt ook, zegt deze verdienstelyke geleerde verder, dat de vrouwen dikwyls ontvangen, eer de baarmoeder van de gevolgen eener ontydige bevalling behoorlyk gezuiverd is, waardoor dan meestendeels door de prikkeling der terugblyvende ſtoffe ook het kind mede weggaat. Gy moet u derhalven volſtrekt, na eene ontydige bevalling, voor eene al te vroege ontvangnis wagten, en u door den geneesheer eerst volkomen laten genezen, indien gy niet telkens op nieuw in hetzelfde ongeluk wilt vallen, en ontydige kinderen en wanvruchten ter waereld brengen. — Ik zal niet nodig hebben, nog eenmaal te herinneren, dat dit alles, inzonderheid het laatſte, voornaamlyk zulken myner lezeresſen betreft, die reeds meermaalen ongelukkig zyn geweest!



TIENDE AFDELING.

Over de zindelykheid.

Deze afdeling schynt nu zekerlyk, by den eersten opslag, hier eigenlyk niet te behoren; echter moet ik, volgens myn plan, er ook iets weinig van zeggen, en ik hoop, dat het mynen lezeresfen niet zal berouwen, deze weinige bladzyden insgelyks gelezen te hebben. — Reeds de oudste volken hebben de zindelykheid, en voorzeker met het grootste recht, onder de halfdeugden gesteld. HOMERUS, de grootste dichter van Griekenland, liet telkens zyne helden en schoonen zich vroeg voor eene offerande, voor het middagmaal, of des avonds, baden, wasschen, en zeer zindelyk kleden. By NESTOR bragten de wapenvoogden na den maaltyd weder water om de handen te wasschen, waarop een offer geschiedde. En, wanneer men iemand veel eere wilde aandoen, werd het water door schoone jonge maagden, of zelfs door de dochter uit het huis, aangebragt. — Hoe bevallig en aanbevelend is de zindelykheid reeds op zich zelve, en hoe groot haar invloed op de gezondheid en schoonheid! Indedaad, indien ooit eene goede hoedanigheid door zichzelve beloond

word, dan is het deze. — Wy zien reeds in de gansche natuur, dat de boomen en planten, welken het aan geen oppassing ontbreekt, gemeenlyk het beste slagen. — En zou men niet met recht het zelfde ten aanzien van den mensch kunnen verwachten en zeggen? Ik onthoude my, meer van de noodwendigheid dezer schoone, navolgenswaardige hoedanigheid te zeggen, wyl ik niet gaern breedvoerig zoude zyn, en vooraf geloof overtuigd te zyn, dat de meesten myner lezeresfen deze deugd bezitten, en in de oefening van dezelve een zoet vergenoegen vinden (*s*). Doch anderen, die nog niet overtuigd zyn, dat de zindelykheid wezenlyk zo veel doet tot verfraaijing des lichaams en bewaring der gezondheid, kunnen my eens vooral op myn woord geloven; want ik verzeker dezelven, dat haare gehoorzaamheid in dit stuk haar niet zal berou-

(*s*) By onze nederlandsche vrouwen, wier zindelykheid, en wel voornamelyk ten opzichte der woningen, overbekend is, heeft dit zeker te meer plaats, en eene aanbeveeling der zindelykheid zoude uit dien hoofde in den eersten opslag geheel overvloedig kunnen genoemd worden; zelfs zoude men, indien men alles nauwkeurig uitpluizen wilde, misschien integendeel een hoofdeel over de al te groote zindelykheid en de hier uit ontstaande kwaade gevolgen kunnen schryven, b. v. over het te veel werken der zwangere vrouwen, welk men by den burgerstaat al zeer veel aantreft enz.; daar onzen schryver echter in dit hoofdeel meerder bedoelt dan alleen de zindelykheid ten opzichte der huizen enz. kan ik dit hoofdeel zeer aanpryzen; en zo het al gebeuren mogt, en welk inderdaad niet onmogelyk is, dat veele lezeresfen het hier voorgestelde uit haar eigen nauwkeurig waarnamen, zullen zy nogthans het genoegen hebben, haar gedrag door eenen kundigen geneesheer gestaafd te zien.

wen. — Maar het zal volſtrekt nodig zyn, dat wy deze ſtof een weinig nader met elkander doorlopen.

Het eerſte en gewigtigſte, hetwelk zich ons in dit opzicht aanbied, is de lucht, maar, wyl ik reeds in eene der vorige afdelingen van den invloed derzelve op uwe gezondheid geſproken heb, beroep ik my op dezelve, want hier geld alles, wat ik daar van de zuivere lucht gezegd heb.

Het waſſchen van het aangezicht en het lichaam, voornaamlyk met koud water, doet zeer veel tot bewaring der gezondheid en ſchoonheid. Het neemt de vuiligheid weg, en vermeerdert de zo nodige onmerkbaare uitwaasſeming door de huid. Ik weet niet, waarom veele vrouwen zo zeer voor het koud water vrezen. Denklyk geſchied dit uit vrees, dat het voor haare ſchoonheid nadelig mocht zyn. Hoe verheugd ben ik, dat ik u deze vrees ook kan benemen, en u durf verzekeren, dat de pryslyke gewoonte, van zich met koud water te waſſchen integendeel zeer veel tot bewaring van uwe ſchoonheid doet; en daar by het ganſche lichaam verſterkt, u voornaamlyk voor zinkingen bewaart, en gezond houd. Doch het ſpreekt van zelf, dat voor het overige dit alles met eenige bepaling moet verſtaan worden, dat men zich nooit met koud water mag waſſchen, als het lichaam verhit is, of, wanneer men het niet gewend is, er zich niet op eens plotslyk aan moet gewennen. Deze voorzichtigheid betreft voornaamlyk het gewoon waſſchen der handen en des aangezichts, wan-

neer gy zeer zweet, en u verhit hebt. De gevolgen schynen wel van geen groot belang te zyn, maar wel ingezien zyn zy niets minder, dan dit; want door de snelle werking der koude, stollen de vochten in de kleine vaten, en veelen bekomen puisten, uitslag in het aangezicht, jigt, styve gewrichten enz. Eene te groote straf voor zulk een gering schynbaar goeddoen. Hetzelfde heeft plaats ten aanzien van koud baden en koude voetbadingen by deze gelegenheid. Water onder het danssen op de borst of den boezem te storten, als het lichaam zeer verhit is, is nog veel gevaarlyker, en deze onvoorzichtigheid heeft reeds veelen gedood, en by veelen bloedspuwen, hoesten, longtering, en eene zeer hardnekkige heeschheid verwekt.

Daar wy nu toch van het aangezicht spreken, moeten wy nog een woordje van het blanketten zeggen! hoewel niets geheel nieuws, maar echter ten minsten iets waars en welmenends! Het zou hier de plaats niet zyn, om over het blanketten in het algemeen breedvoerig te handelen. Er is reeds zo veel daar tegen geschreven! Het zedelyke van deze gewoonte te bepalen, is de zaak van den geneesheer niet. Doch zo veel geloof ik evenwel met den heer Weikard, dat het even zo weinig en zo veel berisping verdient, als by de mannen het poederen der hairen; beiden geschied, en het laatste, ik wil juist niet ronduit zeggen altyd tot verfraaijing des lichaams, echter ten minsten om dat het de mode is, en om niet uitgezonderd te wezen, wy kun-

nen derhalven met geen recht den vrouwen in dit ſtuk veel verwyten; en alleenlyk het daar uit ontſtaande grooter of geringer nadeel, met opzicht tot de gezondheid, mag te berde gebragt worden. Ik denk derhalven, dat het genoeg zal zyn, u te herïnneren, dat het gebruik van het rood en wit blanketzel altyd meer of minder nadelig voor de gezondheid en ſchoonheid kan zyn, doordien het de zweetgaten zamen trekt, verſtopt, en de oorzaak van veelerlei uitſlag in het aangezicht, en ziekten der oogen kan worden.

Uit de verwaarloosde verwisſeling van kledingen, voornaamlyk van linnen goed, en zulke rokken, die digt aan het lyf gedragen worden, kan ook zeer veel nadeel voor de gezondheid ontſtaan. Lieden, die diklyvig zyn, en veel zweten, hebben inzonderheid nodig, dit in aanmerking te nemen. Het zweet word anders daardoor heviger, de uitgewaasſemde deeltjes worden ſcherper, en kunnen uit dien hoofde, wyl veel daarvan weer ingeſlurpt word, en in het lichaam komt, de andere vochten ook aanſteken en jeuken, byten, allerlei uitſlag, en nog grooter ongemakken veroorzaken.

Van de nodige voorzichtigheid ten aanzien der koperen en tinnen vaten heb ik reeds elders het gewigtigſte aangemerkt. Ook komt het in het algemeen veel aan op de zindelykheid van de eet- en drinkvaten. Alle onzuiverheid word rottend, en beſchimmelt, en hierdoor kunnen ſpyzen en dranken ſchadelyk worden. Ik heb eens

gelezen, zegt de verdienstlyke heer WEIKARD, dat de lieden in zeker' huis de een na den anderen eene erger ziekte kreeg. De oorzaak lag, zegt men, in een onrein drinktuig, waarvan de binnen bovenkant vol kleine wormen was. — Ik raad u derhalven, dat gy u van geen ondoorzichtig vat met eenen dekzel tot het drinken bedient, wyl zich zeer dikwyls wormtjes, en zelfs kleine hagedisfen in het water bevinden, die tot het grootfte nadeel voor de gezondheid ingezwolgen kunnen worden, gelyk men reeds dadelyk voorbeelden heeft. Ik doe niet te veel, myne fchoone lezeresfen! wanneer ik u ook ten aanzien van het ooft om dezelfde reden vermaan voorzichtig te wezen. — Zelfs moet gy uwe lievelingen, de bloemen, nauwkeurig bezichtigen, voor dat gy er aan ruikt. Men heeft een voorbeeld aangetekend van eenen man, die door onvoorzichtigheid in dit ftuk een wormtje in de neus kreeg, hetwelk hem veel ongemak veroorzaakte. — Het zuiveren en fchoonmaken der tanden, het fpoelen van den mond met water na het eten, doet ook veel tot bewaring der gezondheid. Het verglaas der tanden word zeer ligt door deeltjes der fpyzen, die er zich aan of tusfchen zetten en fcherp worden, bedorven en aangeftoken. — Maar, wyl nu van de goede gefteldheid derzelven het kauwen en van dit weder de goede of kwaade fpysvertering afhangt, is het nadeel van flechte, bedorven tanden, en de noodzaaklykheid van dezelven zuiver te houden zeer duidelyk te begrypen. Men zou over deze

ſtoffe nog zeer veel kunnen zeggen, maar ik vrees, breedvoerig te worden, en wyl ik reeds een weinig breed uitgeweid, en mogelyk veele zaaken gezegd heb, die eigenlyk niet zo zeer tot myn plan behoorden, zal ik deze afdeling eindigen, met verzoek van verſchoning aan al zulke myner lezeresſen, die reeds voorlang wisten en in acht namen het geen ik haar hier wilde leren! —



ELFDE AFDELING.

Over het bezoeken van openbaare plaatzen, enz. en het lezen der zwangere vrouwen.

Het bezoeken van openbaare plaatzen kan, in meer dan een opzigt, voor zwangeren nadelig worden, en verdient, uit dien hoofde, al haare oplettendheid. Daar zyn er, die zy alleenlyk onder zekere bepalingen kunnen bezoeken, en anderen, die zy ganschlyk moeten vermyden. Het zal niet nodig zyn, hier aantemerken, dat ik van zwangeren ſpreek, die niet op het laatſte haarer zwangerheid zyn, en dus nog kunnen uitgaan, want anderen zou ik volſtrekt niet veroorloven openbaare plaatzen te bezoeken, alwaar haar toevallen zouden kunnen overkomen, die haar ten aanzien der plaats dubbel bezwaarlyk, nadelig, en den aanwezenden aanſtootlyk zouden moeten wezen. Zo pryswaardig op zig zelve het kerkgaan is, dienden echter zwangeren dezelve in den laatſten tyd haarer dracht, voornaamlyk in den winter, om bovengemelde redenen, niet te bezoeken; maar alsdan den huislyken godsdienst liever te verkiezen. Behalven het gevaar van het ſtoten en vallen, waaraan zy zich blootſtellen, zegt de heer FRANK, is ook de

koude der plaats haar zeer nadelig, doordien dezelve haar fluipweën, krampen, bloedvloeijingen, en zelfs de verlosfing moeilyker en gevaarlyker kan maken.

Het bezoeken van andere plaatzen, alwaar het nog daarenboven ongeregeld toegaat, is met dubbel gevaar voor zwangeren gepaard. Want, zonder te fpreken van het dadelyk groot nadeel, hetwelk zy zich by openbaare gelegenheden in het gewoel en gedrang, door ftoten, vallen en drukken kunnen toebrengen, is reeds op zigzelven de ingefloten lugt, waar zig veele menfchen bevinden, voor haar niet dienstig, en zelfs in ftaat, haar mislykheden, flaauwten, en nog veel bedenklyker toevallen te veroorzaken; daarenboven kunnen nog onvoorziene fchriklyke gebeurtenisfen voorvallen, die den gevaarlykften invloed op haar en haare lichaamsvrucht moeten hebben. Gy zult het my derhalven wel willen vergeven, wanneer ik hier, onder de eerfte klasfe der voor u gevaarlyke en van rechtswege verbodene vermaaklykheden, de *bals*, *maskeraden* en *fledevaarten* reken? Ik heb u reeds in eene der vorige afdelingen, waarin ik u zelfs het dansfen van eene menuët veroorloofde, gezegd, dat gy by al dergelyke gelegenheden, zo door verhitten en verkouden, als door ftoten en vallen, u zelve en de vrucht uws lichaams zeer ligt nadeel kunt doen. Ja! ik moet het bekennen, myne toegevendheid berouwt my byna, vrezende, dat gy myne veroorloving zoud kunnen misbruiken, en u zelfs door het dansfen te zeer laten wegflepen! Wat

kunt gy derhalven beter doen, myne waarde lezeresfen! dan al die gelegenheden vermyden, in welken gy, tot nadeel uwer gezondheid, in dit ftuk tot zondigen zoud kunnen verleid worden? Het is, gelyk men weet, veel gemaklyker, eene verzoeking te vermyden, dan dezelve, wanneer zy eens in haare volle magt op ons werkt, te wederftaan. Dit mag u nu zekerlyk wel een weinig leed doen; ondertusfchen zal deze overwinning u gewislyk zo veel niet kosten, als wanneer gy zulk een vermaak bywoont, het mede aanziet, en er niet van harte deel aan durft nemen.

Het koorddansfen en lugtfpringen behoren ook onder zulke vertoningen, die zwangere vrouwen van rechtswege geheel dienden te vermyden. Want behalven het zelfde gevaar, als by alle openbaare gelegenheden, worden hier zulke tegennatuurlyke houdingen en bewegingen des lichaams gemaakt, en dikwyls zulke gevaarlyke fprongen gedaan, dat zwangere vrouwen dezelven zelden zonder fchrik en gevaar kunnen zien. Ik geloof juist niet, dat veelen myner lezeresfen fmaak in beeren- en aapendansfen vinden, doch wyl dergelyke vertoningen, fchoon men ze niet met voordagt bezoekt, iemand menigmaal onverwagt in den weg komen, wenschte ik alleen om der oorzaak wille, al deze dieren ganschlyk uit ons gezelfchap naar derzelver vaderland te kunnen verbannen, wyl zy zwangeren zeer ligt kunnen verfchrikken, en haare verbeeldingskracht met allerlei vreemde denkbeelden vervullen.

De verordeningen tegen het loslopen van groote kwaade honden, tegen het schieten in de stad, de verwydering van verminkte lieden, of die met de vallende en andere afschuwverwekkende ziekten bezogt zyn, by voorbeeld met zwaare ongemakken der kanker, hevigen en kwaaden uitslag, die nooit op openbaare plaatzen moesten verschynen, behoren meer in de geneeskundige policie. Ik spreek hier alleenlyk inzonderheid van zulke voorwerpen, welken zwangeren meestendeels naar willekeur kunnen vermyden. Dus nog iets van het zien van lyken. Het grootste gedeelte myner lezeresfen zal wel weten en geloven, dat overledenen in het algemeen, en inzonderheid die de dood zeer misvormd heeft, het openen van lyken, groote gevaarlyke heelkundige operatien, en nog veel minder doodstraffen van veroordeelde misdaders, om meer dan eene reden, geen schouwspel voor zwangeren zyn. Ik zeg derhalven niets van den nadeligen indruk derzelven op de verbeeldingskracht eener zwangere, wyl ik ook even zo wel geloof, dat eene natuurlyke afkerigheid de meesten myner lezeresfen van dergelyke treurige en schrikverwekkende toneelen zal afhouden.

Gezelschappen, concerten, schouwspelen en alle soorten van tydkortingen, waarby noch de geest noch het lichaam te zeer in beweging gebragt worden, behoren onder de vermaaklykheden, die u onder zekere bepalingen tot tegen het einde uwer zwangerheid veroorloofd zyn,

Ik zeg tot tegen het einde, omtrent der agtfte maand van dezelve; want, fchoon het u te dezen tyde ook aan geen genoegzaame beweging mag ontbreken, moet gy u evenwel alsdan nooit te verre van huis begeven, doordien jonge vrouwtjes voornaamlyk zeer dikwyls in haare rekening dwalen, en in het algemeen vroeger kunnen bevallen, dan zy gemeenlyk geloven. Maar daarenboven, ten einde gy, met opzigt tot de concerten en fchouwfpelen, de gevaaren zoud tragten te vermyden, die in het algemeen, gelyk reeds gezegd is, met het bezoeken van openbaare plaatzen voor u gepaard zyn, zou het zeer goed zyn, indien gy, ten aanzien der laatften, nog eene zekere keus deed, en liever fraaije blyfpelen, toneelfpelen en opera's, dan fchriklyke, met veele verrasfchende toneelen, en yslyke moordbedryven overladen treurfpelen bezogt, die altyd op zeer prikkelbaare zwangeren, wier verbeeldingskracht levendig is, juist geen voordeligen indruk kunnen maken. Men kan omtrent hetzelfde van uw lezen en van de keus der boeken zeggen. Ik zou u altyd als geneesheer raden, liever vrolyke, het verftand op eene aangenaame wyze bezighoudende boeken te lezen, en alle treurige den geest en het lichaam verzwakkende romans, onder welke klasfe de meesten der gevoeligen behoren, vaarwel te zeggen. Gy zult zeker weinig verliezen en in veelerlei opzigt er veel by winnen, indien gy my slooft en mynen raad volgt. Want het is wel den ge-

neesheeren, maar niet allen myner lezeresſen bekend, dat dergelyk aandoening verwekkend lezen uwe zenuwen verzwakken en prikkelbaarer maken kan, en u uit dien hoofde aan veele toevallen van opſtygingen of andere ongemakken kan bloot ſtellen.



TWAALFDE AFDELING.

Over miskraamen, vroegtydige bevallingen, derzelver oorzaaken, en het gedrag der zwangeren ten aanzien van dezelven.

De vroedmeesters maken een onderfcheid tusfchen miskraamen, ontydige en vroegtydige geboorten. Dezulken, welken agttien weeken, of vier en eene halve maand na de ontvangenis, kort voor de helft der zwangerheid voorvallen, worden gemeenlyk *miskraamen, misdrachten*, of *misgeboorten* genoemd. *Ontydige geboorten* of *bevallingen* daartegen worden genoemd, die van de helft der zwangerheid af tot de zevende maand gebeuren, en gemeenlyk van zes maanden zyn. *Vroegtydige geboorten* eindelyk zyn zulken, welken tusfchen de zevende en negende maand plaats hebben. — *Miskraamen* of misdrachten vallen gemeenlyk en meest voor, op de derde of vierde maand, en fchier altyd om den tyd, dat buiten de zwangerheid de maandlykfche zuivering zich placht te vertonen. Zy ontftaan dikwyls zeer plotslyk, zonder lang voorafgaande kentekens; — doch dikwyls vertonen zich eenige dagen te voren zekere toevallen, waarover ik u naderhand zal onderhouden. *Misdrachten*

komen ſchier altyd dood ter waereld. *Ontydige geboorten*, voornaamlyk die een weinig vroeg komen, insgelyks; offchoon dezelven zeer zwakke tekens van leven geven, ſterven zy echter gemeenlyk ras. *Vroegtydig* geboren kinderen, inzonderheid die kort voor of na de zevende maand ter waereld komen, blyven ook zelden in leven, wyl zy nog niet behoorlyk gevormd en ſterk genoeg zyn, om zelfs de voor het leven nodige verrichtingen te doen. Want, hoe korter de tyd is, welken zy in het lichaam der moeder hebben doorgebragt, des te zwakker zyn zy, en des te minder zyn de longen geſchikt tot het ademhalen, hetwelk men duidelyk merkt aan derzelver nauwlyks hoorbaar ſchreijen. Dat kinderen van zeven maanden eerder in het leven blyven, dan die van acht maanden, is een vooroordeel, hetwelk verſtand en ondervinding weêrleggen; want, hoe langer een kind zich in de baarmoeder onthoud, hoe meer deszelfs verblyf daarin den geſtelden natuurlyken tyd der geboorte nadert, des te ſterker word het, en des te eerder blyft het ook in het leven.

Dikwyls word in plaats van eene ontydige of vroegtydige vrucht een ongevormde vleeschklomp met al de toevallen eener natuurlyke geboorte, doch in eenen minderen trap, voordgegebragt. Zulk eenen vleeschklomp, of vreemd lichaam, noemt men gemeenlyk, hoewel eenigzins oneigenlyk, eene wanvrucht of *Mola.* Dezelve bevat zomwylen een weinig water, bloed, en dikwyls zelfs eene kleine vrucht, welker

deelen men echter nauwlyks kan onderfcheiden. Gemeenlyk blyven dergelyke misdrachten niet boven de vierde maand in de baarmoeder, en men noemt dan zulk eene bevalling eene miskraam. Onder dezen naam behoren ook de geboorten van andere vreemde lichaamen; en ik verzoek hier te herhalen het geen ik by gelegenheid der zwangerheid en derzelver tekens van de wanvruchten en het ontftaan derzelven gezegd heb. Meer behoeven myne lezeresfen daar niet van te weten. — Dikwyls gebeurt het ook, dat zulk eene wanvrucht, nevens eene levende lichaamsvrucht, in de baarmoeder is, en dat dezelve weggaat, en het kind op den behoorlyken tyd geboren word. Menigmaal ook worden dezelven na de geboorte van het kind zelve afgedreven. Doch de behandeling van dit geval behoort hier niet. Van de zyde der vroedvrouw word groote voorzichtigheid vereischt, ten einde zy door kwalyk bedachte handgreepen de moeder niet aan het grootfte gevaar blootftelle. (Dan, dit in het voorbygaan!) Ik fprak enkel van de zogenoemde wanvruchten, ten einde mynen lezeresfen er een duidelyker denkbeeld van te geven, want veelen verbeelden er zich wonder iets van. Zy zullen my derhalven dezen kleinen uitftap ook wel willen verfchonen en ik keer weder tot de ftof zelve.

Er zyn veele vrouwen, die op de geringfte oorzaak, waarvan anderen niet het minste gewaar worden, aanftonds miskraamen krygen. Veele vrouwen wenden in tegendeel alle be-

denklyke middelen op de zondigste wyze aan, om haare lichaamsvrucht te doden en aftedryven, zonder nogthans haar strafwaardig oogmerk te bereiken (*)! En wien komen hier de

(*) Een ieder weet, dat het gebruik van afdryvende middelen, volgens *godlyke* en *waereldlyke wetten*, *zondig* en *strafbaar* is. Maar, indien zulke ongelukkige persoonen, die zig van dezelven willen bedienen, wisten, aan welk gevaar zy zig daardoor blootstellen, zouden zy het zekerlyk nalaten, indien zy het minste belang in haare gezondheid en haar leven stelden. Want, wanneer de voorbereidende oorzaak, dat is de neiging tot miskraamen ontbreekt, helpen alle middelen niets, en de moeder ondervind alleen de kwaade werkingen van dezelven. Maar als eene neiging tot miskraamen plaats heeft, de middelen geweldig op de baarmoeder werken, is gemeenlyk eene dodelyke bloedvloeijing, schielyke dood, of een ellendig, zieklyk en zwaklyk leven het treurig, doch welverdiend lot der moeder. Want elke miskraam, met geweld door afdryvende middelen veroorzaakt, is volgens ondervinding der grootste geneesheeren en vroedmeesters altyd gevaarlyker en dodelyker, dan eene natuurlyke, dat is, dan zulk eene, die van zelve, of ten minsten door geen dier geweldige oorzaaken ontstaat. Mogt ik slechts door deze aanmerking ééne van die ongelukkigen, welken dit werkje met voordagt, of by geval in de hand neemt, en met de rampzalige gedachten, van haare vrucht aftedryven of te doden, zwanger gaat, van haar tegen God, de natuur, en alle menschlyk gevoel strydend voornemen afbrengen, zou ik het oogenblik, waarin ik dit schryf, gelukkig schatten. Ik kan niet voorby gaan, nog eene aanmerking te maken, en eenige hier te pas komende gedachten, uit het algemeen nuttig magazyn van den beroemden heer RHAN, te ontlenen.

De meeste menschen hebben in het algemeen een zeer dwalend verkeerd denkbeeld met opzigt tot den tyd, waarin de lichaamsvrucht begint te leven. Zy geloven, dat een kind alleenlyk voor levend moet gehouden worden, wanneer het zig beweegt, en merken de kleine blaas, welke in de eerste weeken of maanden afgaat, *en waarin echter de kleine mensch reeds ingewikkeld is*, slechts

ſoldaaten vrouwen niet in de gedachten, die in tyd van oorlog, of op groote tochten, aan alle

aan, als eenen klomp bloeds, die met dezelve weggaat, en eene moeder bekommert zig ſlechts in zo verre, als zy er zelve onder lyd, over het afgaan van eene lichaamsvrucht voor de helft haarer zwangerheid. Dit zou men in alle gevallen nog aan eene voor de bevolking zeer nadelige onkunde in dit ſtuk kunnen toeſchryven, maar het is te beklagen, dat zelfs de Roomſche rechtsgeleerdheid, of, veeleer, het daarop gegrond 133ſte artikel der halsſtraflyke wet, dat naamlyk eene lichaamsvrucht nog geen mensch is, en eerst tegen de vierde maand leven bekomt, tot een volksgevoelen geworden is, en niet alleen tot zo veele ſtrafwaardige beproevingen van onwettig bezwangerden, maar ook tot de ligtvaardige nalatigheid der gehuwden blykbaar aanleiding gegeven heeft (*t*). Eene lichaamsvrucht mag ten aanzien der burgerlyke handelingen een mensch zyn of niet, er is geen reden, waarom ik een levend ſchepzel, door man en vrouw geteeld, en met eene menſchlyke geſtalte begaafd, den naam van mensch zou weigeren, om dieswille, wyl hetzelve nog door middel der navelſnoer met de moeder vereenigd is, en haaren invloed nodig heeft, om tot volkomen rypheid te geraken; of zegt men niet, dat een dier leeft, wanneer in deszelfs vaten eene regelmatige beweging der vochten bemerkt word? En in dezen waaren zin leeft, gelyk Haller zag, en na hem nog veelen, een kind altyd, en reeds aanſtonds na de ontvangnis, want reeds van den 26ſten dag af kan men de menſchlyke keem duidelyk erkennen, en reeds tegen den 35ſten de deelen daar van onderſcheiden; reeds in de eerſte zichtbaare deelen der kleinſte menschlyke vrucht is eene beweging der vochten voorhanden, die zich voornaamlyk in een ſpringend punt doet bemerken, en

(*t*) Geneesheeren of rechtsgeleerden, aan welken aan deze zaak meer gelegen ligt, kan ik zeer aanpryzen eene verhandeling van den heer Wrisberg over dit zelve onderwerp, geplaatst in het 3de deel van de verhandelingen van het Göttingſche koninglyke genootſchap voor het jaar 1772, alwaar verſchillende waarnemingen, tafelen &c. over dit onderwerp aangetroffen worden.

mogelyke oorzaaken van eene miskraam, of van eene vroegtydige bevalling blootgefteld zyn, en desniettegenftaande op den beftemden tyd gelukkig bevallen? Wat moet de oorzaak van dit merklyk onderfcheid zyn? — Hier ontbreekt de neiging of gefteldheid des lichaams tot zulke ongelukkige gevallen. Hier vervult de goede natuur aan fterkte en gezondheid het geen haar aan gemak, bezorging en geluksftaat ontbreekt. Maar allen zyn ondertusfchen zo gelukkig niet. Veelen zyn aan het gevaar onderhevig, waar aan zy zich door eene ruuwe, onbedachtzaame levenswyze blootftellen, en dikwyls door haare omftandigheden moeten blootftellen. Men onderhoud zich fteeds liever met zeldzaame dingen, en gewoonen maken zulk eenen diepen indruk niet op ons. Van de geenen, die by zulk eene proeve omkomen, word niet gefproken. Maar, wanneer iemand zich eenmaal aan veele gevaaren, om de gezondheid te bederven blootftelt, en er gelukkig doorkomt, is zulks eene groote zeld-

even zo gewis fchynt ook de menschlyke ziel aanftonds in de eerfte dagen het kindlyk lichaam te bezielen; en fchoon eene lichaamsvrucht haare gevormde leden nog niet vrywillig beweegt, is zy echter even zo wel bezield, als één mensch, die in het geheel geen willekeurige beweging meer kan doen, zo lang deszelfs bloed omloopt, nogthans voor bezield gehouden word. Wie zou den doodflag van eenen flapenden mensch uit dien grond minder ftrafbaar kunnen vinden, *doordien hy zig niet beweegt?* En is het derhalven niet zeker, dat elke vrouw, die door haar *voorbedagtlyk onvoorzigtig* gedrag gedurende de zwangerheid oorzaak is van den dood en de vroegtydige geboorte van haar kind, ook fchuldig is aan kindermoord?

zaamheid. Maar niet zelden komt eens berouw na het bedryf, en dikwyls helaas! te laat. Geen mensch overtreed de wetten en de orde der natuur ongeſtraft in eenen hoogen trap, of hy ondervind gewislyk vroeg of laat de kwaade gevolgen daarvan. Men is maar al te zeer genegen, dezelven dan aan eene geheel andere oorzaak toeteſchryven, om zich niets te moeten verwyten. Het ſpreekt van zelve, dat vrouwen in het algemeen, en zwaklyken in het byzonder, zeer prikkelbaare of aandoenlyke voorwerpen, alle kwaade gevolgen van eenen verwaarloosden leefregel altyd in eenen hoogeren trap moeten ondervinden, gelyk ik reeds meermaalen aangemerkt heb, en nooit dikwyls genoeg kan herhalen. — Gy zult zeer zelden voor eene miskraam of voor eene vroegtydige geboorte behoeven te vrezen, indien gy my in al de tot hier verhandelde ſtukken getrouwlyk opvolgt. De tegenwoordige afdeling zal dan overtollig zyn; want het hoofdoogmerk der geheele verhandeling is, gelyk gy zelve ziet, u en uwe lichaamsvrucht tot op den behoorlyken tyd der bevalling volkomen gezond te bewaren. Doch, wyl er ook gevallen zyn, waarin gy op eene vry onſchuldige wyze door eene verreafzynde oorzaak eenen miskraam kunt krygen, en wyl op uw gedrag in dit ſtuk veel aankomt gedurende den aanval, vordert de volledigheid van dit werkje, dat ik u dezelve ook leer kennen, ten einde gy u by voorkomende gelegenheid des te beter in acht nemen en het gevaar zelve vermyden kunt,

Ik heb te voren gezegd, dat er vrouwen zyn, die zich aan veele oorzaaken van miskraamen blootstellen, en er echter van verschoond blyven, wanneer by haar, de neiging daartoe ontbreekt. Doch dit moet ook zo verstaan worden; alle vrouwen hebben de neigingen tot miskramen, zommigen in eenen minderen, anderen in eenen hoogeren trap, en deze grooten of mindere neiging rigt zich naar de geaartheid van uwe lichaamlyke gesteldheid, opvoeding, en levenswyze. Doch, om recht duidelyk en verstaanbaar te kunnen zyn, zal ik een weinig geneeskundig moeten handelen, en myne lezeresfen zullen dan ook in deze afdeling, al haar geduld nodig hebben. Maar, wanneer gy bedenkt, dat dezelve tevens de gewichtigste is, zult gy my gewislyk uwe gansche opmerkzaamheid voor eenige minuuten willen verlenen. — Het zal niet lang worden, want plaats en ruimte verbieden my, zo volledig te zyn, als ik wel zou wenschen. Ik kan uit dien hoofde ook alleen het gewigtigste dezer omstandigheid aanroeren en gy word er des te eer van verlost.

By het ontstaan van eene miskraam, of ontydige en vroegtydige geboorte, hebben, gelyk by andere ziekten, voornaamlyk tweederlei oorzaaken plaats.

1. Eene *voorbereidende oorzaak*, welke die gesteldheid des lichaams en voornaamlyk der baarmoeder is, volgens welke zy zich by voorkomende gelegenheid zamen trekt, en de lichaamsvrucht voordstoot.

2. Eene *gelegenheidgevende oorzaak*, welke, wanneer zy plaats grypt, de voorbereidende oorzaak verwekt en werkzaam maakt. Hoe grooter dus de neiging tot miskraamen is, des te geringer behoeft slechts de gelegenheidgevende oorzaak te zyn, welke dezelven voordbrengt. Tot de eerste, *voorbereidende* oorzaaken, behoren in het algemeen zwakke, en zieklyke gestellen, te groote aandoenlykheid des lichaams, en voornaamlyk der baarmoeder. — De zamenhang der nageboorte of des moederkoeks, van welken de vrucht haar voedzel bekomt, rigt zich schier altyd naar de sterkte of zwakte des ganschen lichaams, en inzonderheid naar de plaatslyke gesteldheid der baarmoeder. Derzelver afscheiding van de baarmoeder, op welke, wanneer zy aanmerklyk is, altyd eene bloedvloeijing, miskraam, of de dood des kinds kan volgen, moet dus zeer ligt het gevolg zyn, en kunnen zyn, wyl de toevloed des bloeds in eene zwakke baarmoeder zeer ongeregeld geschied; dan eens te geweldig, doch op een ander tyd te gering is; zo dat in het eerste geval eene bloedvloeijing ontstaat, en in het andere de vrucht aan genoegzaam voedzel gebrek heeft. Derhalven kan in beide gevallen de vrucht omkomen, wanneer zy door de bloedvloeijing losgerukt en uitgedreven word, of zich uit gebrek aan voedzel van de baarmoeder scheid en allengs sterft. Zeer jonge en zwaklyke vrouwen, die te vroeg trouwen, zyn voornaamlyk aan deze omstandigheden onderworpen. Want by zulke jonge vrou-

wen, welker lichaam zelf nog niet volkomen gevormd is, noch de behoorlyke ſterkte bekomen heeft, kan de vrucht het genoegzaam voedzel niet bekomen. Zy moet zich, uit hoofde der gewoone zwakheid en aandoenlykheid des ganſchen lichaams, doch inzonderheid der baarmoeder in dezen ouderdom, en uit hoofde van den geringen zamenhang van den moederkoek met de baarmoeder, zeer ligt kunnen losrukken en weggaan. De ondervindingen der grootſte geneesheeren en vroedmeesters bevestigen de waarheid hiervan.

Maar gelyk eene te groote aandoenlykheid of prikkelbaarheid der baarmoeder oorzaak van het miskraamen kan zyn, zo is ook integendeel niet minder eene te groote hardigheid en onbuigzaamheid van dezelve insgelyks in ſtaat hetzelfde te wege te brengen, wanneer zy der nodige uitzetting van de vrucht weerſtaat, en dezelve ſlechts tot eenen zekeren trap toelaat, als wanneer zy zich zamentrekt en de vrucht voordſtoot. Deze geſteldheid der baarmoeder is dikwyls aangeboren, en vind zomwylen plaats by vrouwen, die te laat in het huwlyk treden. De keurslyven doen eindelyk ook zeer veel tot het ontſtaan der miskraamen, wyl zy gemeenlyk van de tederſte jeugd af gedragen worden, wanneer alle deelen nog zeer meêgevende zyn, en derhalven ongemeen ligt indrukzels aannemen. — En dezen zyn de gemeenſte voorbereidende oorzaaken der misgeboorten. Ik zou u vermoeijen, indien ik nog breedvoeriger wilde zyn, en ga

derhalven billyk de overige tegennatuurlyke en zieklyke gesteldheden der baarmoeder; der lichaamsvrucht en der haar aanbehorende deelen, voorby, welken ook dikwyls oorzaaken der miskraamen kunnen zyn. — Maar eene zaak moet ik nog herhalen, eer ik tot de gelegenheidgevende oorzaaken overga. Ik heb het wel reeds gezegd, doch ik kan het niet dikwyls en ernstig genoeg zeggen, wyl het van het uiterste gewigt voor uw gansch toekomend leven is. *Wagt u met de uiterste zorgvuldigheid voor de eerste miskraam! Neemt in uwe eerste zwangerheid, zo nauwkeurig als mogelyk is, al de regelen in agt, welken ik de eer gehad heb, u voorteschryven!* Behalven, dat gy in de daad by elke miskraam uw leven in gevaar stelt, word ook uwe gezondheid er zeer door gekrenkt en verzwakt, de baarmoeder bekomt zulk eene neiging tot verdere miskraamen, die zeer dikwyls naderhand door de beste middelen en den strengsten leefregel niet weggenomen kan worden, want het is eene uitgemaakte waarheid, dat ééne miskraam altyd meer anderen na zich sleept.

Ik heb u te voren de oorzaaken leren kennen, die reeds voor de zwangerheid, zelfs buiten uw toedoen aanwezend zyn, en deels weggenomen, deels niet weggenomen kunnen worden. Het schynt schier overtollig te zyn, u daarvan onderrigt te hebben. Doch, schoon gy geen ander nut van de kennis derzelven bekomt, dient het ten minsten daartoe, dat gy misschien nu met grooter voorzichtigheid alle gelegenheid-

gevende oorzaaken vermyd, die u eene miskraam kunnen verwekken, wanneer gy zulk eene gesteldheid des lichaams by u befpeurt, of ook flegts vermoed, fchoon het wezenlyk zo niet is, want voorzichtigheid doet nooit kwaad.

De *gelegenheidgevende* oorzaaken, die eene miskraam kunnen te wege brengen, kunnen ten deele door u vermyd, ten deele niet vermyd worden. De meesten echter zeker. — Ik moet hier met eenige woorden gewag maken van de volbloedigheid, die zeker alleenlyk en wel inzonderheid van kwaade uitwerkingen is, wanneer het bloed door de eene of andere oorzaak fterker in omloop geraakt. Zy is niet zelden de oorzaak der miskraamen, wyl de bloedvaten daardoor te zeer uitgezet, gefcheurd, de zamenhang der nageboorte met de baarmoeder verminderd, weggenomen, of de zenuwen gedrukt, en de baarmoeder tot de zamentrekking geneigd gemaakt kunnen worden. Onder de verafgelegene oorzaaken, die ook dikwyls buiten uw toedoen plaats grypen, behoort alle van buiten aankomend geweld. Alle brandende zeer pynlyke en kramp- of flymachtige ziekten, die u en de lichaamsvrucht gedurende de zwangerheid kunnen overvallen, en den dood of ten minsten eene vroegtydige bevalling veroorzaken.

Onder de andere gelegenheidgevende oorzaaken, die gy meest kunt vermyden, of welker uitwerkingen gy ten minsten eenigzins kunt matigen, behoren alle zulke zaaken, die u reeds uit het voorgaande bekend zyn; doch welken ik nog

eens in het algemeen zal herhalen, ten einde gy dezelven diep in het geheugen moogt prenten. De naaste oorzaak van het miskramen, gelyk reeds gezegd is, het losgaan van den moederkoek van de baarmoeder, en daaruit volgende bloedvloeijing zynde, moeten ook alle zaaken, die denzelven meer of minder los kunnen maken, volgens den trap van derzelver hevige of aanhoudende werking, in ſtaat zyn, eene miskraam te verwekken. Tot de eerſte klasſe behoren, zonder uitzondering, al te *hevige aangenaame* en *onaangenaame hartstochten*, als *toorn*, *vrees*, *ſchrik*, *hartzeer*, *droefheid* en *vreugde*, van welken ik reeds by eene andere gelegenheid het noodzaaklykſte aangemerkt heb. — Ten tweeden, al te *ſterke* en *hevige lichaamsbewegingen*, *ſchokkingen des lichaams*, en *drukkingen* of *persſingen van den buik*, door *enge klederen*, *keurslyven*, *ſchielyk* of *hard ryden in een ſtotend rytuig*, *te paard ryden*, *dansſen*, *ſpringen*, *voornaamlyk van eene hooge plaats*, *klimmen op torens*, *bergen*, *hooge trappen*, *lopen*, *ſtoten* en *vallen*, *voornaamlyk op den buik*, *te veel zitten*, *het heffen en dragen van zwaarten*, *het hoog reiken*, *te veel ſpinnen en haspelen by zeer zwakke vrouwen*, verder *ſterk lachen*, *niezen*, *ſchreeuwen*, *zingen*, *braken* enz. Ten derden, alle *verhittende ſpyzen en dranken*, *die het bloed zeer ſterk doen gisten*, *en de zenuwen prikkelen*. Vervolgens *te weinig en te veel eeten*, *verſtopping en buikvloed*, *te ſpaarzaam en te menigvuldig aderlaten*, *inzonderheid op den voet*, *voetbaden*, *warme baden*; en eindelyk, *alle hevigwer-*

kende sterke en verhittende artzenyën, die nog veel gevaarlyker toevallen kunnen verwekken.

Thans zal het nodig zyn, u ook van de tekens eener aanstaande miskraam of vroegtydige bevalling te onderrigten, ten einde gy moogt weten, hoe gy u daarby moet gedragen, en wanneer gy naar hulp moet omzien. Wanneer eene der bovenaangehaalde oorzaaken voorafgegaan is, op welke miskraamen kunnen volgen, of wanneer gy u buitendien niet wel bevind, pyn in de lenden voelt, die zig naar vooren uitstrekt, of eene trekkende drukkende gewaarwording in de streek des schoots, welke naar weeën gelykt, en er zelfs ook wel afgang van bloed by bespeurt, is het eerste en beste, dat gy kunt en moet doen, u aanstonds stil en in het bed te houden. Vermyd daarby verder al te voedzaame, verhittende spyzen en dranken, alle artzenyën, voornaamlyk van eenen verhittenden aart, te warme vertrekken en beddekens, en zoekt ten eersten verstandige hulp, want in het begin kan dikwyls nog door eene goede en behoorlyke behandeling de miskraam verhoed, of ten minsten de gevaaren, die er bykomen, verminderd worden. Het komt hier op een zeer gewigtig onderscheid aan, hetwelk zeer moeilyk is, om het onervarenen in de geneeskunde te doen begrypen, en waarvan nogthans ten aanzien van den goeden en kwaaden uitslag zo veel afhangt. Er komen byzonder twee gevallen in aanmerking, en ik leer u hier ook voornaamlyk de gewigtigste onderscheidingstekens en de verschillende wyzen van behande-

ling van dezelven alleenlyk een weinig nader kennen, ten einde gy zoud zien, hoe veel het op de bepaling van enkele omſtandigheden aankomt, hoe ligtlyk gy kunt dwalen, en hoe gevaarlyk zodanige dwaling voor u kan worden.

Wanneer enkel krampen, die op eene ſterke ſchudding des lichaams, of op eene hevige hartstocht volgen, de oorzaak der bovengenoemde toevallen zyn, hetwelk veelal het geval by bleeke, zwaklyke, aandoenlyke, gevoelige, en tot moederkwaalen geneigde vrouwen is; — de pols gedurende den aanval klein, week, ſnel en zwak is; — de uiterſte leden by het aanraken koud zyn; — de mond der baarmoeder zig niet opent, dan is het aderlaten nadelig, en de miskraam kan dikwyls door ſtil houden, en zagt krampſtillende middelen, als by voorbeeld eenige kopjes kamillenthee, met eenige droppels zoetgemaakten geest van ſalpeter, of Hofmans droppels, en door de reeds gemelde krampſtillende klysteeren uit een afkookzel van kamillen, nog verhoed worden. Wylen de zeer verdienstlyke ZÜCKERT pryst in dit geval zeer het gebruik van een mengzel van zoetgemaakten geest van ſalpeter, geest van kamillen en melisſen, nevens overgehaalde citroenolie; doch, wyl door het verkeerd gebruik van deze artzeny ongelyk meer nadeel kan ontſtaan, dan van de geene, die ik zo even heb aangeraden, zou men, om dit gevaar te vermyden, de laatſte alleen naar het voorſchrift van eenen geneesheer kunnen toelaten.

Ik kom tot het tweede geheel tegengeſtelde



geval. Wanneer namelyk eene van de bekende gelegenheidgevende oorzaaken de bovengemelde pynen en gewaarwordingen vooraf gegaan, en het bloed in eene zeer groote gisting is, voornaamlyk by eene anders ſterke, gezonde en volbloedige vrouw, (hetwelk men uit de roodheid en hette van het ganſche lichaam, de harde, ſnelle en volle pols, en de overige reeds aangehaalde tekens der volbloedigheid erkent) en er geen; of ſlechts eene zeer geringe lozing van bloed uit de baarmoeder plaats heeft, (NB. zonder opening van den mond der baarmoeder) kan het afgaan der lichaamsvrucht veeltyds voorgekomen worden door eene aderlating op den arm, door eene groote ſtilte ten aanzien van het ſpreken en bewegen; door het menigvuldig gebruik van lauw gersten- of haverwater, met citroenſap, wynazyn, of gezuiverde ſalpeter vermengd, of ook wel enkel water met citroenſap of frambozenazyn vermengd, en eindelyk door vermyding van alle zeer voedzaame en verhittende ſpyzen en dranken; waaronder voornaamlyk behoren eijeren, vleesch, en vette vleeschſop, en alle zogenoemde gekruide kragtige hoenderſoppen enz. Voor het overige zou het ook zeer goed zyn, wanneer gy u de gevolgen in zulk een geval niet al te vreeslyk voorſtelde, want de vrees kan, gelyk gy weet, het gevaar vermeerderen. Vertrouw u hier geheel en al aan den geneesheer, en zyt goedsmoeds, dit zal gewislyk uwe genezing bevorderen.

Maar, als de pynen zeer hevig zyn, er waare

weeën ontftaan, die den mond der baarmoeder openen en de waterblaas vormen, kan de miskraam of vroegtydige bevalling zelden of fchier nooit verhoed worden. Het gevaar rigt zig dan voornaamlyk naar de gefteldheid van den daarby plaatshebbenden bloedvloed, of dezelve groot, gering of anders met gevaarlyke erge toevallen, als krampen en ftuipagtige trekkingen verzeld is. Voor het overige geld hier ten aanzien van den leefregel en de overige gedraging alles, wat zo even gezegd is, (en zo veel te meer, hoe grooter het gevaar is,) behalven het aderlaten, wanneer reeds veel bloed verloren en de vrouw zeer zwak geworden is. Alle zamentrekkende en ftoppende middelen, die de miskraam zouden voorkomen, doen hier ongemeen veel nadeel; zy kunnen de hevigfte ontftekingen der baarmoeder, de kwaadaartigfte zweeren, en in het vervolg zelfs kanker derzelven veroorzaken, en men bereikt dan evenwel zyn oogmerk nog niet, om de vrucht te behouden. Wanneer de mond der baarmoeder zig fteeds meer en meer opent, de pynen aanhouden, en fteeds heviger worden, alle tekens van verlosfing zig vertònen, kan de zwangere zagtlyk medewerken, en men moet het overige, wanneer er anders geen kwaade toevallen plaats hebben, aan de natuur alleen overlaten, dan word zomwylen, zo niet reeds van zelve, of door misflag de waterblaas geborsten is, het geheele eitje zonder groot gevaar geboren. Dit gefchied voornaamlyk in de eerfte maanden der zwangerheid. In dien tyd zyn ook

meest de voorſpellende tekens eener aanſtaande miskraam, zo als by voorbeeld de pynen in de lenden en omtrent den ſchoot nauwlyks merkbaar; doch laater zyn niet alleen de barensſmerten heviger, maar ook is dezelve nog daarenboven met andere toevallen, als met voorafgaande zogkoortſen, plotslyk zwellen der borsten, rilling en koude der uiterſte leden enz. verzeld.

Ik heb te voren gezegd, dat het grootſte gevaar van den bloedvloed afhangt. Maar dit zo zynde, en de maandlykſche zuivering zich dikwyls gedurende de zwangerheid vertonende, zal het niet overtollig zyn, ten einde gy niet onnodig verſchrikt, en ook de nodige hulp niet verzuimt, dat ik u hier de tekens een weinig nader leer kennen, waardoor gy beiden van elkander kunt onderſcheiden en de behoorlyke maatregelen daarnaar nemen. — De maandlykſche zuivering verſchynt op den gewoonen tyd; maar de bloedvloed is natuurlykerwyze aan geen bepaalden tyd gebonden. Dezelve vloeit vervolgens zonder naar weeën gelykende gewaarwordingen en pynen, wanneer zy ook buiten de zwangerheid niet altyd van de laatſten verzeld was. — De hoeveelheid des bloeds is ook geringer, dan in den bloedvloed. — Verder is hetzelve dun en helder, en niet vezel- en klonterig, gelyk in eene miskraam. — De mond der baarmoeder is dan niet geopend, ten minsten het inwendig gedeelte van denzelven niet, ook vormt zich alsdan geen waterblaas; en eindelyk is er dan zulk eene oorzaak ook niet voorafgegaan, waar-

op gemeenlyk eene miskraam pleegt te volgen. — Deze onderſcheidingstekens zyn zeer gewigtig, en verdienen van uwen kant de grootſte oplettendheid, want uit het voorgaande weet gy, dat de verſchyning der maandlyke zuivering gedurende de zwangerheid, te meer wanneer dezelve van andere ongemakken verzeld mocht zyn, altyd verdacht is, en den ſtrengſten levensregel vordert. Ik heb reeds op eene andere plaats de regelen, waarnaar men zich moet gedragen, in dit opzicht, hoewel ſlegts in het algemeen, aangeroerd. Hetzelfde, welk ik toen zeide, geld te meer by elke bloedvloeijing, ſchoon dezelve zonder alle kwaade toevallen, als pynen, weeën enz. mocht verzeld zyn. Gerustheid des gemoeds en des lichaams, diep ſtilzwygen, niets dan koude dranken in menigte, by voorbeeld citroenwater, of water met frambozen azyn, zyn hier ten hoogſten nodig, zowel als vermyding van alle verhittende, gekruide en te voedzaame ſpyzen en dranken, te groote warmte van het vertrek, als mede te warme koestering in het bed (*u*). Met één woord het ganſche gedrag ten aanzien van den leefregel

(*u*) By alle deze middelen kan men ook voegen het omſlagen van koud water om den buik, en welk gedurig ververscht moet worden; want hoe verſchrikkelyk dezen cuur aan veele vrouwtjes, en vooral aan eene weekhartige moeder, of aan eene (in haare mening) kundige vroedvrouw of baker, too mogt ſchynen, is dezelve echter zeer aanpryslyk, en doet ſomwylen meer als veele geneesmiddelen inwendig gebruikt, 't welk door de dagelykſche ondervinding bevestigd word.

moet hetzelfde zyn, als by de tekens van eene aanſtaande miskraam; want gemeenlyk gaat een meer of minder ſterke bloedvloed eene miskraam vooraf, welke alsdan door eenen ſtipten en ſtrengen leefregel dikwyls nog verhoed kan worden. — Plaatshebbende volbloedigheid komt hier voornaamlyk in aanmerking. Ik heb op eene andere plaats van deze afdeling reeds aangemerkt, dat dezelve voornaamlyk ſlegts van kwaade uitwerking is, wanneer eenige gelegenheidgevende oorzaak, als by voorbeeld eene hevige beweging of het gebruik van verhittende ſpyzen en dranken, voorafgegaan is, waardoor het bloed in gisting geraakt, en natuurlyk de nageboorte zeer ligtlyk van de baarmoeder geſcheiden en eene miskraam te wege gebragt kan worden. Behalven den ſtrengen leefregel, welke zo even aangeraden is, en niet nauwkeurig genoeg in agt genomen kan worden, dient by eene volbloedige vrouw, by welke nog niet veel bloed verloren gegaan is, en de tekens der volbloedigheid tegenwoordig zyn, eene aderlating op den arm, doch vooral niet op den voet. Ik verzoek, hier de afdeling, daar ik van het aderlaten in het algemeen breedvoeriger heb geſproken, te herhalen, ik heb er alleenlyk nog bytevoegen, dat door voorzigtige en op den behoorlyken tyd in het werk geſtelde bloedontlastingen, door aderlaten by volbloedige vrouwen, die omtrent zekeren tyd ſteeds aan miskraamen onderhevig zyn, hetzelve verhoed kan worden, wanneer men het, onder den ſtrengſten leefregel, vier tot agt dagen

voor den tyd, dat anders de maandlykſche zuivering zig vertoonde en de miskraamen volgden, in het werk ſtelt. Want deze tyd is voor zwangeren, die reeds meermaalen ongelukkig waren, voornaamlyk in de eerſte vier maanden der zwangerheid, het gevaarlykſte, waarom zy in elk opzigt ook ten ſtrengſten nodig hebben, agt op zig te geven; doch de zaak is van te veel gewigt, dan dat hier iets zonder den raad van eenen geneesheer zou ondernomen worden, hetwelk ook niet minder ten aanzien van alle artzenyën moet verſtaan worden, die de miskraam verhoeden, en de verdere neiging daartoe wegnemen zullen. Ik heb u voor het onvoorzigtig gebruik van dezelven in eene der vorige afdelingen wel reeds gewaarſchouwd; maar ik kan deze waarſchouwing hier ook niet ernſtig genoeg herhalen; want het is zeker, dat veelen, met oogmerk om eene miskraam te verhoeden, eerst door het onbedagtzaam gebruik van veele artzenyën, zig daar geneigd toe maken. Volgt my, myne waardſte lezeresſen! onderneemt in dit opzigt niets zonder den raad van uwen geneesheer, en gelooft zeker, dat het beste middel, om uwe gezondheid te bewaren, en de meeste miskraamen en vroegtydige geboorten te verhoeden, een verſtandige leefregel, en de vermyding van al de oorzaaken is, die het gebruik van artzenyën noodwendig kunnen maken. En nu nog een woordje van de gevolgen der miskraamen, eer ik verder ga. Zy zyn altyd gevaarlyker voor de moeder, dan natuurlyke op den regten tyd volgende geboorten,

wyl zy veel meer, dan dezen, eenen plotzen; ſchielyken dood, of ten minsten een zieklyk lichaam na zig kunnen ſlepen; want het geen uw gevaar nog daarenboven vergroot, is, dat men in de eerſte maanden der zwangerheid zeer weinig dadelyke hulp kan toebrengen. Ik zou zulks mynen lezeresſen niet zeggen, indien ik niet dagt, haar daardoor dubbel voorzigtig te maken.

De geboorte van doode kinderen, wanneer zy vroeg ſterven en afgaan, behoort hier insgelyks, en myn plan vordert, dat ik er ook iets van zegge. Zy veroorzaken meest eene vroegtydige of ontydige geboorte, wyl het bloed niet meer tusſchen dezelven en de moeder behoorlyk omloopt, zig in de baarmoeder ophoopt, en dezelve tot zamentrekking noopt; en het is eene ongemeen heilzaame noodwendige neiging van de kragten der natuur dezelven uittedryven, zy zouden anders ligtlyk verrotten, inzonderheid, wanneer de waterblaas geborsten is, en de lugt toegang heeft, het bloed der moeder aanſteken, zelfs ontſteking der baarmoeder, en nog veel erger toevallen veroorzaken, indien het niet geſchiedde. Dezelfde oorzaaken, die eene vroegtydige geboorte of eene miskraam kunnen te wege brengen, zyn ook in ſtaat, de kinderen in het lichaam der moeder te doden, wanneer zy misſchien zagter, langzamer, en aanhoudender werken. De tekens alleen, als gebrek der beweging van het kind, zelfs wanneer men het lichaam met eene koude hand aanraakt, het vallen van iets zwaars van de eene zyde naar de ande-

re, gevoel van koude in de baarmoeder, gedurige rillingen en flauwten, waaruit de zeer verdienstlyke ZÜCKERT den dood des kinds met gewisheid wil bepalen, schynen my niet toereikende te zyn, en ik zou er de volgenden nog byvoegen, als invallen des buiks, terugtrekking van den navel, gevoel van eene zwaarte in het bekken naar de uiterste deelen der geboorte, met gestadige drukking, voornaamlyk onder het gaan en staan, zwellen der borsten met koortsrilling, zamenvallen derzelven, en eene waterägtige melk. En dan zou nog zulk eene oorzaak, die den dood des kinds deed vermoeden, moeten voorafgegaan zyn (*v*). Alle overige tekens, als eene slechte koleur van het aangezicht, vlakken in hetzelve, beklemde en ruikenden adem, duizeling, ruisschen der ooren, hoofdpyn, flauwten, een onaangenaame lelyke smaak in den mond enz., kunnen uit veele andere oorzaaken voordspruiten, en zyn geen genoegzaame bewyzen van den dood des kinds. Maar het is echter goed, dat de moeder, als zy zieklyke toevallen bespeurt, als by

(*v*) By alle deze tekenen kan men zeer gevoeglyk voegen, en welk wel het zekerste is, wanneer er uit zekere deelen eene ontlasting van een kwalyk ruikende stoffe plaats heeft, en dit bewyst zelfs niet alleen de dood des kinds, maar ook dat het doode vruchtje begind te rotten; hoe schadelyk het nogthans voor de vrouw is, dat zodanig rottend lichaam lang in het lichaam blyft, moet men echter de herinnering van den schryver niet uit het oog verliezen, en deze is, de pogingen der natuur aftewagten, en de zo nodige ontlasting met geen geweld te bevorderen, ten minsten geene heete dryvende middelen in te nemen.

voorbeeld eene zekere onaangenaame gewaarwording omtrent de lendenen en den rug, eene zwaarte in den buik, geringe beweging van het kind enz., zig ten eersten stil houd, niet dan ligte, doch voedzaame spyzen gebruikt, en behoorlyke hulp zoekt. Want dikwyls kan hier ook, door het tydig gebruik van gepaste middelen gepaard met den behoorlyken leefregel, het kind in het leven gehouden, en de vroegtydige bevalling verhinderd worden. De verlossing van een dood kind is gemeenlyk by zulke omstandigheden wel langzaamer, doch echter niet gevaarlyker en moeilyker, dan die van een levend. Alle afdryvende middelen, om de verlossing te verhaasten, zyn om die reden hier, gelyk in alle andere gevallen, ten hoogsten nadelig. Want zy kunnen zonder benadeling der gezondheid geen waare weeën verwekken, en vermeerderen op eene nadelige wyze de tegenwoordige. De verdienstlyke ZÜCKERT raad hier, tot versterking der weeën, een mengzel aan van zoet gemaakten geest van salpeter en geest van saffraan. Schoon de geringe hoeveelheid, waarin hy dit middel voorschryft, niet veel nadeel kan doen, daar tegen ook niet in staat is, van groote werking te zyn, is het echter altyd beter, dat men alles zo lange der natuur overlaat, als er zig geen gevaarlyke toevallen vertonen; maar dan ook ten eersten hulp zoekt, of zekerheidshalve, reeds te voren een bekwaam vroedmeester om raad vraagt, want op dezen tyd is daadelyke hulp nodiger, dan artzenyën, door welker gebruik,

ſchoon zy geheel onnadelig waren, men dikwyls veel verzuimt, wanneer men lang vergeefs op derzelver werking wagt, daar een bekwaam vroedmeester door zyne kunst, ook in dit geval, de meeste kwaade gevolgen gewis veel ſchielyker en zekerer kan voorkomen.



DERTIENDE AFDELING.

Over het zelfzogen en de nodige voorbereiding daartoe gedurende de zwangerheid.

Deze ſtof ſchynt mede tot myn plan te behoren, in zoverre het namelyk de voorbereiding betreft, en ik agt het derhalven volſtrekt nodig, zulken myner waardſte lezeresſen, die den aangenaamſten van alle pligten willen betrachten, iets van de voordeelen deszelven met opzicht tot haare gezondheid te zeggen, als mede van de middelen, waardoor zy zich, gedurende de zwangerheid, daartoe bekwaam kunnen maken. Doch aangezien myn voorgenomen plan my niet veroorlooft, hier over breedvoerig te ſpreken, zullen zy zich wel willen te vreden houden, dat ik thans alleen het gewichtigſte aanſtip.

Vast gaat het, dat de natuur de borsten niet alleen tot ſieraad aan het ſchoone geſlacht gegeven heeft, maar voornaamlyk tot het groot doeleinde, dat de toekomende afſtammeling namelyk te eenigen tyde zyn voedzel uit deze bronnen zou bekomen (*). De goede moeder de natuur,

(*) Ik laat het billyk aan de geestelyke heeren over, om over de zedelyke beweeggronden tot het zelfzogen breedvoeriger uitteweiden. Ik ſpreek hier enkel als geneesheer.

laat hier, even als in andere gevallen, de groote voordeelen genieten, die haare wenken volgen; want het is eene bekende, en, volgens het eenstemmig gevoelen der grootste geneesheeren, uitgemaakte zaak, dat de vrouwen, die haare kinderen zelven zogen, merklyke voordeelen ten aanzien van haare gezondheid genieten boven dezulken, die het niet doen. Het zelfzogen behoed voor menigerlei gevaaren, en versterkt in het algemeen het vrouwlyk lichaam. De kraamzuivering is by zogende moeders zo sterk niet en duurt ook niet zo lange; de baarmoeder bekomt daardoor tyd, om haare vorige sterkte weder te krygen, en word tevens tot de toekomende afscheiding der maandlyksche zuiveringen en tot nieuwe ontvangingen bekwaamer gemaakt. Dit is de reden, waarom dikwerf veele zieklyke vrouwen gedurende het kinderzogen eene betere gezondheid bekomen; voor het overige is het eene bekende zaak, dat de moeders, welken haare kinders zelve zogen, op dien tyd in het algemeen beter uitzien, vlugger zyn, en meer eetlust hebben, dan wanneer zy het niet doen; en eene tweede aanmerking is van ongemeen veel grooter gewigt, dat men zelden eene moeder gedurende den zoogtyd ziet sterven. De sterflykheid van het vrouwlyk geslagt gedurende dit tydperk zo wel, als gedurende de zwangerheid, is zelfs geringer. Eene omstandigheid voorzeker, die reeds veele moeders moest bewegen, om zelve te zogen! Aan hoe veele groote gevaaren, die gewislyk niet in de verbeelding be-

ſtaan, zyn, aan den anderen kant, niet zogende moeders niet bloot geſteld! Hevige ſmertlyke gewaarwordingen der borsten, die dikwyls tot verettering overgaan, en het geheele maakzel van het ſchoonſte vrouwlyk ſieraad verwoesten, hardnekkige verhardingen en klonters, die niet zelden gelegenheid geven tot het ontſtaan van de kanker, gevaarlyke, dikwerf dodelyke zogverplaatzingen en koorts, ſterkere en langdurigere kraamzuivering, en daaruit ontſtaande grond tot veelerlei ziekten, witten vloed enz. zyn de gevaaren en ongemakken, waaraan niet zogende vrouwen veel meer, dan anderen onderworpen zyn. Voorzeker kwaalen, die de ingebeelde nadeelen van het zogen en de tegenwerpingen daartegen verre overtreffen.

De plaats laat my niet toe, alle tegenwerpingen hier aantehalen en te weêrleggen, welken reeds van vroeger tyd tegen het zogen gemaakt zyn. Ik zal derhalven alleenlyk het gevoelen der grootſte geneesheeren over deze ſtof opgeven. Doch de meeste tegenwerpingen vervallen van zelven, wanneer ſlegts eerst bepaalt is, welke moeders, en hoe lange zy moeten zogen? Van dit laatſte zullen wy echter op eene andere plaats meer zeggen.

Alleenlyk gezonde moeders moeten zogen; dat is te zeggen zulken, die noch aan te geweldige hartstochten onderworpen zyn, noch de keem tot eenige andere ziekte by zich dragen; die welgevormde borsten en tepels en eene genoegzaam goede, noch te dunne, noch te dik-

ke melk hebben, waarvan het beste bewys is, wanneer het kind wel groeit, gezond is en ſterk word. De beroemdſte geneesheeren geeven aan de moedermelk, wanneer dezelve uit gezonde borsten gezogen word, boven alle andere den voorrang. Het is ook geheel natuurlyk en overeenkomstig met het vernuft. Want, welk voedzel kan meer gepast zyn voor het kind, dan de moedermelk? Zelfs zien wy hierin eenen wenk der natuur, dat de *eerſte melk*, ontlasting verwekt. KRÜGER zegt te regt: „ de geneesheeren hebben aangetoond en bewezen, dat ſpys en drank in den aart onzes lichaams veranderd moeten worden, wanneer het ons heilzaam zal zyn. Dienvolgens geſchied de vertering en verandering van het melkſap of chyl veel gemaklyker, wanneer de genuttigde melk de vochten der kinderen zeer nabykomt; welke melk kan hetzelve nu nader by komen, dan die, welke uit een bloed ontſtaan is, waardoor het kind gedurende geheele negen maanden onderhouden werd, en dus het bloed des kinds zelven is? Zelfs valt de verwisſeling ten aanzien der voedſelen volwasſen lieden zwaar, en veelen verdragen dezelve niet zonder nadeel der gezondheid; hoe veel te meer ſtaat dit by een teêr en zwak ſchepzel niet te vrezen? En welk een onderſcheid is er niet nog daarenboven tusſchen de moederlyke en vreemde borsten? Voorzeker, wanneer de gezondheidsomſtandigheden het der moeder veroorloven, doet zy altyd beter, wanneer zy hetzelve zoogt, dan wanneer zy het

aan de zorg eener minne overlaat. Zelfs veele bekwaame ſtaatsmannen ſchryven het ſterven van veele zuigelingen toe aan de ſlegte gewoonte, van dezelven aan minnens toetevertrouwen; of op eene andere wyze te laten opvoeden.

Nu is de vraag, welke vrouwen dienden niet te zogen? De grootſte geneesheeren houden te recht daartoe onbekwaam alle zeer zwaklyke, te jonge vrouwen, die zeer prikkelbaare aandoenlyke zenuwen hebben, die in het algemeen een gebrek aan melk of vochten verraden, die eene zwakke borst, eenen droogen hoest, of bloedſpuwing hebben; zulken; die gedurende de zwangerheid eene zwaare ziekte gehad hebben, of kort na de verloſſing door gevaarlyke toevallen of geweldige hartstochten overvallen zyn; verder zulken, die reeds wegens ziekten niet hadden moeten trouwen, zulken, die reeds dikwyls miskraamen gehad hebben, en daardoor zeer verzwakt zyn geworden, en eindlyk al de zulken, die te kleine, kwalyk gevormde borsten en tot het zuigen geheel onbekwaame tepels hebben, welken door geen kunst kunnen verbeterd worden.

Maar, wat moeten nu zulke vrouwen en inzonderheid voor het eerst zwangeren, gedurende de zwangerheid, en voornaamlyk tegen het einde van dezelve doen, die zich tot het zelfzogen willen bekwaam maken, wanneer geen der bovengenoemde omſtandigheden het verbieden? Het is niet genoeg myne lezeresſen, dat gy gedurende de zwangerheid ſtipt volgens al de re-

gels van dit boekje leeft; ten einde het onzichtbaar pand uwer liefde het levenslicht gezond aanschouwe; neen! ik vorder thans meer. Nog een andere plicht voor uwe verlossing is de behoorlyke voorbereiding tot voeding van den nieuwen waereldburger. Het oogmerk der natuur, gelyk gy weet, is nu; dat eene moeder haar kind zelve zal zogen. Ondertusschen zyn dikwerf gebreken van veelerlei aart der betrachting van dezen plicht hinderlyk; doch zommigen kunnen voor de geboorte des kinds nog voorgekomen worden. De vorming der tepels behoort hier voornaamlyk toe. Goede tepels moeten keegelvormig en week, tamelyk lang en een weinig dik zyn, ten einde het kind dezelven gemaklyk kunne vatten en drukken. Deze hoedanigheden ontbrekende by eene voor de eerste maal zwangere, die misschien door nauwe klederen of keurslyven de behoorlyke vorming der tepels verhinderd heeft, moet zy zich dezelven zo spoedig mogelyk trachten te verschaffen. Dit is eene zaak van het uiterste gewigt. De heer hofraad STEIN beschryft het gansche beloop der zaak met het penseel der natuur, en ik ontleen hier ten beste myner lezeresfen het volgende van hem: „ Voor de verlossing denkt men aan niets minder, dan aan de gereedmaking der borsten tot derzelver aanstaande verrigting. Weinige uuren, ten hoogsten daags na de verlossing legt men het kind aan de borst, welker tepels gemeenlyk zo diep liggen en zo kort zyn, (men spreekt hier van vrouwen, die van het eerste

kind verlosfen) dat het kind dezelven flegts tusschen de kaaken kan vatten. Het knypt de tepels met dezelven; en doordien het dezelven fterk naar zich trekt, veroorzaakt zulks der moeder pyn en maakt de tepels wond. — Het kind laat dikwyls de tepels los, wyl het er niet mede te recht kan komen, en dezen kruipen dan om zo te fpreken; telkens weêr weg, en moeten iedere reis weêr op nieuw uitgehaald worden, de moeder lyd hevige pyn en het kind zuigt zyn eigen fpeekzel, veel wind en een weinig waterägtige melk, welke in plaats van te voeden, hetzelve niet zonder merklyke darmpyn afgang verwekt. Onder deze vruchtlooze pogingen komt de derde dag aan en met denzelven de zogkoorts. De borsten zwellen en worden hard; de tepels trekken nu nog dieper in en kunnen door het kind niet zonder zwarigheid en van de zyde der moeder niet zonder hevige pyn gevat worden. De moeder ontbloot by deze gelegenheid de borsten dikwyls en lang, verkoud dezelven; de borsten worden nu met klonters en pynlyk en het geheele werk der ontlasting van de borst blyft fteken, de zogkoorts houd niet alleen aan, maar word zelfs heviger, en eindlyk ziet de afgematte moeder, dat zy niet in ftaat is, haar kind zelf te zogen. Gelukkig is het dan nog voor haar, wanneer niet door ontfteking en verzwering haare tepels verminkt en haare borsten misvormd worden, en zy zelve voor al haar leven door lidtekens onbekwaam word, om een kind te zogen. Haar kind ondertusschen

word, door gebrek aan voedzel, ſlaap en rust, verzwakt en ellendig, en ontgaat zelden den dood, indien men het niet ſpoedig door goed voedzel te hulp komt." Is deze beſchryving niet zeer treffend, waar en natuurlyk? Leest menige gewezen kraamvrouw hier haaren eigen geſchiedenis niet? en is het derhalven niet zeer verſtandig en raadzaam, voor een korten tyd een gering ongemak te lyden ten einde zeer grooter voor te komen. *Vrouwen*, die meer gezoogd hebben, of by welken het zog voor en na de verlosſing ſterk loopt, behoeven zelden de voorzorg te gebruiken van de tepels vooraf gereed te maken. Maar wanneer de borsten niet lopen, moet eene zwangere, die gebrekkige tepels heeft, reeds in het begin der negende maand aan het verbeteren van dezelven denken; doch als de borsten lopen, wachte men liever tot na de verlosſing; want de nodige middelen tot verbetering der tepels vermeerderen tevens het lopen der borsten en verzwakken daardoor moeder en kind. Zeer dikwyls leggen de tepels te diep, en komen niet genoeg uit, of zy zyn te hard en als met eene korst bedekt. In dit geval ſmeert men alle avonden, als men naar bed gaat, de tepels met eene zalf, die uit gelyke deelen maagdenwasch, amandelolie en walſchot beſtaat, en wascht ze des morgens af met eene ſpons met zeepwater nat gemaakt. Dit herhaalt men zo lang tot dat de tepel week en zuiver word, alsdan tragte men denzelven langer te maken en uittehalen en de melkbuisjes te openen. Dit ge-

ſchied het best door zuigen met den mond door zuigglazen, of door de zogpomp van den heer STEIN; en dit moet eenige reizen 's daags geſchieden en de tepels alsdan telkens met een waschdopje bedekt worden, ten einde dezelven voor de drukking der klederen te bewaren; doch deze waschdopjes moeten open zyn, om het zog te kunnen doorlaten, en van binnen met de bovengemelde zalf beſtreken worden, ten einde de tepels er niet aan kleven.

Veelen myner lezeresſen zal het gebruik der zogpomp onbekend zyn. Ik zal ten gevalle van zulken er kortlyk iet van zeggen; de zogpomp dient om het zog veiliglyk en zonder pyn uit de borst eener kraamvrouw te zuigen en de tepels langer en tot het zogen bekwaam te maken; tot welk laatſte einde de heer hofraad STEIN dezelve reeds 8 of 14 dagen voor de verlosſing aanlegt. Op deze wyze heeft hy vrouwen, die diepe holten in plaats van tepels aan de borsten hadden, de beste tepels gevormd. Twee uuren na de verlosſing moet men eerst beproeven om het kind aan de borst te leggen; zo de moeder onder het zuigen van het kind hevige pyn gevoelt, moet men het kind afnemen, en de borst, zo als boven gezegd is, laten uitzuigen (*w*).

(*w*) Met hoe veel grond men ook de oude gewoonte, om de kinderen 24 of wel 36 uuren na de verlosſing voor het eerst te laten zuigen, verworpen heeft, en wel voornaamelyk om dat men overtuigd geworden is, dat het eerſte zog als van de natuur geſchikt is om de eerſte ontlasting der zwarte pekagtige ſtoffe der kinderen te bevorderen, ſchynd de hier bepaalden tyd van den ſchryver

Vrouwen, die korte tepels hebben, welker borsten voor de verlosfing niet gelopen hebben, en die verzuimd hebben, de bovenaangewezen middelen te gebruiken, hebben zomwylen 8 of 14 dagen werk, voor dat zy in ftaat zyn, haar kind te zogen, en gedurende dezen tyd neemt het zog in de borsten gemeenlyk toe, voornaamlyk als zy verkoud worden, en er ontftaan duizenderlei kwaade gevolgen, gelyk uit het voorgaande reeds gezien is. Het is derhalven veel raadzaamer, dezelven by tyds voortekomen, voornaamlyk wyl het op zulk eene gemaklyke wyze kan gefchieden.

Zo verre over de voorbereiding tot het zelfzogen.

twee uuren namelyk na de verlosfing, echter al te kort, vermits moeder en kind nog te veel ontfteld zyn, en inderdaad 8 of 10 uuren te wachten komt my gevoeglyker voor. Doch dit in het voorbygaan; in het 2de deeltje van dit werkje zal er meer gelegenheid zyn, om over deze ftoffe breedvoeriger te fpreken.



VEERTIENDE AFDELING.

Over de tekens van den aannaderenden tyd der verlosfing, en de gedraging der zwangeren kort voor en gedurende dezelve.

Niets is van meer belang voor jonge, voor de eerfte maal zwangere vrouwtjes, dan den regten eigenlyken tyd haarer bevalling te weten; niets maakt haar ongeruster, en in geen ftuk bedriegen zy zig evenwel menigvuldiger, dan in de tydrekening haarer zwangerheid. Misfchien verdien ik eenen kleinen dank, wanneer ik haar een weinig daaromtrent onderrigte; want het is uit hoofde van veele groote en kleine oorzaaken nodig, dat zy er behoorlyke kundigheid van hebben, ten einde voor de verlosfing alles in gereedheid zy, wat zy en de jonggeborene nodig hebben, ten einde zy nooit haare kragten te vroeg infpannen en verkwisten, nog minder den regten tyd der verlosfing laten voorby ftryken, en misfchien te laat naar de vereischte hulp omzien.

De tydrekening der meeste zwangeren is dikwerf zeer onregelmatig, en veele jonge vrouwtjes rekenen dikwyls zo onder elkander, dat zy

er ten laatsten zelven niet kunnen uitkomen. Noch het agterblyven der maandlyksche zuivering, noch de eerste beweging van de lichaamsvrucht zyn de zekere onbedrieglyke tydstippen, waarnaar men met zekerheid den tyd der bevalling kan bepalen. Men kan zelden de week, en nog veel minder den dag daaruit voorspellen. Want by alle vrouwen blyft, gelyk zy uit het voorgaande weten, de maandlyksche zuivering niet aanstonds na de ontvangnis weg, en veelen *kunnen dezelve in de eerste* maanden der zwangerheid nog hebben. Even zo min geschied ook by allen de eerste beweging van het kind op de helft der zwangerheid, of op het einde der vyfde maand. Want het komt hier ongemeen veel aan op de gezondheid, sterkte en zwakheid der moeder en des kinds. Sterke en gezonde kinderen bewegen zig gemeenlyk vroeger en sterker, zwaklyke daartegen later en dikwyls zeer onduidelyk. Hoe ligt kan derhalven eene zwangere dwalen, wanneer zy hieruit het waare tydperk der zwangerheid, en den tyd haarer verlossing geheel zeker wil bepalen; wyl zelfs, gelyk ik reeds insgelyks aangemerkt heb, krampagtige bewegingen der darmen, en andere ingewanden des buiks niet zelden de beweging des kinds zeer nauwkeurig kunnen nabootzen. Doch over het geheel genomen, is het by geluk zo gewigtig niet voor eene zwangere het tydperk der zwangerheid, als wel de eigenlyke tydstip der aanstaande geboorte, of bevalling te weten, ten einde haare maatregelen daar naar te kunnen nemen,

De gewoone natuurlyke tyd, dien het kind in de baarmoeder doorbrengt, en na verloop van denwelken hetzelve volgens de wetten der natuur moet geboren worden, is negen zonnemaanden, of 39 weeken, welken uit 273 dagen bestaan; en de geboorte volgt dan gemeenlyk op den tyd, wanneer de maandlykſche zuivering voor de negende maal moest verſchynen. Echter rekent men ook nog op eene andere wyze; naamlyk na tien maanden, elke van vier weeken; elke week van zeven dagen, en dus het ganſche tydperk der zwangerheid op 40 weeken of 280 dagen. Met het rond getal, wanneer men naar tien maanden rekent, komt het eenigzins beter uit, de eene helft der zwangerheid maakt dan even als de andere 20 weeken uit, en de geboorte valt dan ook, van de laatſte verſchyning der maandſtonden gerekend, volgens den heer hofraad STEIN, in het tiende tydperk van vier weeken. Doch deze beide wyzen van rekenen zyn tamelyk willekeurig. Men kan zig met de eene zowel, als met de andere vergisſen, en by beiden hebben uitzonderingen plaats; want elke zwangerheid duurt juist geen negen, of volgens anderen tien maanden; en veelen (onder dezen behoren inzonderheid de meesten, die voor het eerst zwanger zyn) kunnen, gelyk bekend is, vroeger, anderen een weinig laater bevallen, zonder zig juist in haare rekening bedrogen te hebben.

De eigenlyke, zekerer tekens van het niet meer verre afzynde geboortenuur, vertonen zig

niet altyd zeer lang voor hetzelve, en kunnen deels door de zwangere zelve, deels, en veel beter, door de onderzoeking waargenomen worden. — Het zal juist niet nodig zyn, u hier nog eens voor eene kwalyk begrepen verkeerde fchroomagtigheid te waarfchouwen, welke de gevaarlykfte en treurigfte gevolgen voor u kan hebben; wanneer gy hem of haar, die u zal hulp bieden, niet veroorlooft den ftaat en de gefteldheid der vrucht behoorlyk te kunnen onderzoeken. Dikwyls moet dan, wanneer de verlosfing ongelukkig afloopt, de vroedvrouw, fchoon misfchien onfchuldig, daar de fchuld van dragen, gelyk zy fomwylen in tegendeel met onverdiende loffpraaken overladen word. Veele zwangeren hebben de flechte gewoonte, van zig niet eerder door de vroedvrouw te laten aanraken, dan wanneer zy in den kraamftoel zitten, zonder het nadeel en gevaar te bedenken, waarin eene te fchielyk gevolgde verlosfing haar kan ftorten. Een weinig nadenkens zal u van de waarheid hiervan genoeg overtuigen; en fchoon gy reeds meermaalen deze gevaarlyke proef, zonder alle kwaade gevolgen, mogt genomen hebben, is dit nogthans geen bewys, dat het altyd zo gaat, dat gy er altyd zo gelukkig zult doorkomen. Want het zal niet nodig zyn, u wydlopig te bewyzen, dat gy éêns eene gelukkige, goede verlosfing, en de andere reis eene zwaare en gevaarlyke kunt hebben. Maar ik bid u om uwer zelve wille wel degelyk ter harte te nemen, dat by eene kwaade tegen-

natuurlyke ligging des kinds de hulp des te minder gevaarlyk en ſmertlyk voor u en de vrucht is, en veel voorſpoediger gaat, hoe vroeger men daarvan overtuigd is. En ik raad u derhalven tot uw eigen best, en tot voorkoming van veele kwaade gevolgen, de onderzoeking in den laatſten tyd der zwangerheid by het geringſte vermoeden van den aannaderenden tyd der verlosſing toetelaten. Gy zult dan door dit klein nietsbeduidend ongemak veele grooten kunnen verhoeden. — Doch vergeef my dezen kleinen uitſtap, die misſchien zo zeer overtollig niet is, en ik ga voord, met verder van de tekens der aannaderende geboorte te ſpreken. Om duidelyker te zyn, zal ik eerst die tekens bybrengen, welken zig in den laatſten tyd der zwangerheid vertonen, en de rasvolgende bevalling doen vermoeden, en dan breedvoeriger ſpreken van die, welken kort voor en gedurende den geboortetyd verſchynen.

Onder de voorlopers der aannaderende bevalling behoren de voorſpellende weeën, de toenemende zinking des buiks, de geringe onderdrukking, of de onwillekeurige afvloeijing des waters, de vermeerderde persſing tot den ſtoelgang, de vermeerderde bevogtiging en zwelling van zekere deelen en der beenen, enz. Onder de vaste en onbedrieglyke tekens van den tegenwoordigen tyd der verlosſing behoren; de waare weeën, de opening van den mond der baarmoeder, de verſchyning en het bersten der waterblaas enz. Om niet te wydlopig te zyn, zal ik

alleen van de voornaamſten dezer tekens, het gewigtigſte, het nodigſte zeggen, ten einde u alles zo duidelyk als mogelyk worde; alleenlyk moet ik daarby in het algemeen herïnneren, dat niet allen en elke derzelven by alle zwangeren in dezelfde maat en op denzelfden tyd verſchynen, of zo juist op elkander volgen; maar dat hier ook uitzonderingen plaats vinden, en dat alleen de menigte der tekens of de tegenwoordigheid der gewigtigſten den uitſlag geeft. Het is derhalven goed, dat gy ook tevens op het uitblyven der maandlykſche zuivering, en de eerſte beweging van het kind agt geeft, ten einde des te zekerer in uwe rekening te zyn. De verlosſing volgt naar de natuurlyke wetten, wanneer de baarmoeder den hoogſten trap van uitzetting, waarvoor zy vatbaar is, bereikt heeft, zig dan zamentrekt, en de lichaamsvrucht met al de daartoe behorende deelen voordſtoot.

De zogenoemde voorſpellende weeën of voorlopers, die in den laatſten tyd der zwangerheid dikwyls eenige weeken voor de bevalling verſchynen, zyn alleenlyk ten aanzien der during en hevigheid van de waare weeën (van welken ik hierna zal ſpreken) onderſcheiden. Zy ontſtaan, even als dezen, omtrent de lendenen, en ſtrekken zig naar voren in den ſchoot en naar het heilig been uit, en veroorzaken aldaar eene trekkende, nederdrukkende gewaarwording en persſing op het water en tot den ſtoelgang. Zy komen voornaamlyk tegen den avond, en blyven meestendeels weg in het bed, door eene eenigzins regte

ligging des lichaams. Zy, die reeds meermaal gekraamd hebben, laten zig juist niet ligt daardoor bedriegen; maar voor de eerftemaal zwangeren worden er zeer dikwyls door misleid, wyl zy den barenstyd naderby geloven te zyn, dan dezelve in de daad is. De zwangere word genoodzaakt, zig gedurende den aanval, met inhouding van den adem en overelkander gebeten lippen, aan het eerfte beste vast te houden, en zo de pyn te laten voorbygaan. Dikwyls worden zy ook zo ongerust, dat zy dan hier, dan daar lopen, en over groote beklemdheid klagen. Hier moet ik myne lezeresfen waarfchouwen van zich immers niet te vroeg in den kraamftoel te plaatzen, maar nog veel minder tot doorzetting dezer weeën kragten intefpannen. Het is zeer goed, wanneer zy zich gedurende dezelven lydende gedragen, en dezelven noch door fterk persfen vermeerderen, noch door fchreeuwen en zuchten de nodige werking van dezelven op de baarmoeder te veel verminderen. —— Deze voorlopers verfchynen wel niet op den beftemden tyd, doch komen tegen het einde der zwangerheid, naar maate dat dezelve haare eindpaal nadert, menigvuldiger, worden heviger, en veranderen eindelyk in waare barensweeën.

De flinking van den buik volgt niet altyd op den bepaalden tyd, en in eenen even hoogen trap; zy vertoont zich menigmaal eenige weeken, zomwylen flegts eenige dagen voor de bevalling, en dikwyls zeer duidelyk eerst na de bersting van het water. De dikte des buiks

verdwynt doorgaands alsdan eenigzins merklyk omtrent den navel; hy word platter, en de ribben worden vryer. De zwangere fchept dan ook een weinig beter, of liever, vryer adem, maar het zitten en gaan word haar moeilyker en zy moet, wanneer zy het evenwigt wil houden, ten einde niet te vallen, met eenen inwaard gebogen rug gaan.

De waare weeën of barensnooden ontftaan uit de zamentrekking der baarmoeder, wanneer het bovengedeelte derzelve de waterblaas naar beneden drukt, daardoor op de deelen des kinds werkt, en den mond der baarmoeder poogt te openen. (Er werken ook tevens nog andere deelen; doch dit behoort eigenlyk hier niet.) Zy zyn enkel, gelyk reeds gezegd is, alleen ten aanzien der during en hevigheid van de valfche of voorfpellende onderfcheiden, zy ontftaan, en eindigen, even als dezen, doch met meer nadruk en zyn, gelyk reeds gezegd is, heviger. Gemeenlyk is er ook dikwyler persfing by tot den ftoelgang en op het water, fidderen der leden, voornaamlyk der kniën, roodheid van het aangezicht, hitte over het ganfche lichaam enz. Het onderfcheid dezer waare weeën van de zogenoemde valfche of fluipweeën, die zo dikwyls tot het grootfte nadeel der zwangere door onkundigen met elkander verwisfeld worden, en waarvan ik zo aanftonds zal fpreken, is van het hoogfte gewigt. Want, wanneer de barende by enkel plaats hebbende fluipweeën te vroeg aangetast, en (de verlosfing niet fpoedig

volgende, wyl er nog geen waare weeën zyn) zelfs wel met dryvende middelen mishandeld word, ftelt zy zich bloot aan het grootfte gevaar, en verfpilt vergeefs al de nodige krachten, zodat zy, wanneer de waare geboorteweeën verfchynen, die alleen genoegzaam zyn voor de geboorte des kinds, te zeer afgemat, en niet meer in ftaat is, dezelven behoorlyk doortezetten en de verlosfing te eindigen (x). Het gewigt van dit onderfcheid blykt dus van zelve hier uit. Doch het meeste komt hier op de vroedvrouwen aan, en dezen kunnen zich niet ligt vergisfen, wanneer zy op de bovenaangehaalde gefteldheid der weeën, derzelver ontftaan en rigting agt geven, en tevens opletten,

(x) Het is niet alleen van zeer veel belang, dat de valfche weeën van de waare wel onderfcheiden worden, uit redenen hier gemeld; maar fomwylen is het ook hoog nodig, dat dezelve uit den weg geruimd worden. Gemeenlyk immers zyn krampagtige bewegingen de voornaamfte oorzaaken dezer valfche weeën, en deze kunnen de pogingen der natuur, de waare verlosfing der vrucht namelyk, inderdaad zeer hinderlyk zyn, en waar uit zeer gevolglyk, vooral wanneer dezelve lang aanhouden, zeer erge toevallen voor moeder en kind geboren kunnen worden. Vroedvrouwen dierhalven, aan welk dit werk het meest overgelaten word, moeten niet alleen by valfche weeën zeer omzigtig zyn, om noch de barende aantezetten noch middelen voortefchryven, (welk laatfte zy met regt nimmer moesten doen) maar behoren ook, wanneer de valfche weeën te lang aanhouden, eenen geneesheer te raadplegen; en meestal zal men, na het voorfchryven van de nodige middelen tegens die valfche weeën, of liever krampagtige bewegingen, het genoegen hebben, dezelve zeer fchielyk te zien verdwynen, en de waare weeën en zelfs de verlosfing fpoedig volgen.

dat de mond der baarmoeder zich dan ook pleegt te openen en de waterblaas zich daar in vertoont. — Het is nodig, dat de vroedvrouw voor, gedurende, en na elke hevige wee zeer behoedzaam onderzoeke, om de waare gesteldheid van den mond der baarmoeder en het vorderen der geboorte telkens, zo nauwkeurig als mogelyk is, waartenemen. Want gedurende de weeën word de mond der baarmoeder en de waterblaas gespannen, en na dezelven de eerste meer verwyderd bevonden; de vroedvrouw zou zich ligt kunnen vergissen, wanneer zy slechts gedurende de weeën zoude ondertasten en den tyd der geboorte geloofde, nog verre af te zyn, wyl zy den mond der baarmoeder hard en zo weinig verwyderd vind. (*y*) De bloedstreepen, welken

(*y*) Ten opzichte het onderzoeken, of zo het algemeen genoemd word, *het onderslaan*, treft men verschillende meningen aan. Sommigen beschouwen het te veel onderslaan schadelyk, anderen integendeel (zo als onzen schryver) heilzaam; en inderdaad zyn op beiderlei kanten gewigtige gronden. Het te veel of te vroeg onderslaan kan zeer pynlyke gewaarwordingen veroorzaken, en wanneer het zelfs niet zeer behoedzaam gedaan word, kunnen er ontydige ontlastingen van verschillende vochten door veroorzaakt worden, welke ontlasting, wanneer het waare tydstip der verlosfing noch niet voorhanden is, meer kwaad dan goed doen zal. Aan den anderen kant echter zyn de redenen van onzen schryver hier voorgesteld ook zeer gegrond; de veiligste raad in dit geval is dierhalven, dat men, zo lang er geen waare tekenen eener aanstaande verlosfing voorhanden zyn, niet te veel of liever in het geheel niet onderslaat, en integendeel wanneer de verlosfing naby is, nu en dan de ligging &c. der vrucht onder-

zich in deze omſtandigheden na de onderzoeking aan den vinger vertonen, behoren insgelyks onder de tekens van het ſteeds meer aannaderend geboorte uur. — By deze gelegenheid moet ik ook nog aanmerken, dat de opening van den mond der baarmoeder zonder waare geboorteweeën geen onbedrieglyk teken der nabyzynde verlosſing is. Want by veele zwangeren, die reeds dikwyls gebaard hebben, opent zich het buitenſte gedeelte van den mond der baarmoeder wel reeds eenen geruimen tyd voor de geboorte; doch by voor het eerst barende, daartegen, ſlechts kort voor, en gedurende dezelve. Vroedvrouwen moeten deze omſtandigheid wel opmerken, ten einde zy, wanneer zy deze opening der baarmoeder by eene zwangere vinden, dezelve niet aanſtonds, zonder de plaats hebbende waare barensweeën, te vergeefs en tot het grootſte nadeel aanzetten.

Benevens de waare weeën, en de opening van den mond der baarmoeder, behoort ook de verſchyning van de waterblaas in denzelven tot de zekere onbedrieglyke tekens der nabyzynde verlosſing. De lichaamsvrucht, gelyk bekend is, ligt in de baarmoeder in een eivormig bekleedzel, beſtaande uit verſcheiden dunne vliezen, en gevuld met een vocht, het welk men

zoeke, en dit nogthans zeer behoedzaam; er komt echter buitendien in dit geval zeer veel op eene geoeffende hand aan, die na tydsomſtandigheden het nodige behoort te verrigten.

gemeenlyk het kindswater noemt. Gelyk ten tyde der verlossing de weeën sterker worden, en de mond der baarmoeder zich opent, vertoont zich natuurlyker wyze eene blaas in denzelven, en dan zegt men *het water zet zich.* By elke wee, of zamentrekking der baarmoeder, word deze blaas gespannen, en na dezelve, even als de mond der baarmoeder, weder slapper. Eindelyk berst deze blaas vroeger of laater, en er loopt meer of minder van dit vocht weg: dit noemt men: *het breken van het water*, en is voor vrouwen, die voor het eerst baren, nodig te weten, ten einde zy niet verschrikken, wanneer het water plotslyk breekt. Dikwyls lopen ook reeds eenige weeken voor de verlossing de zogenoemde valsche of sluipwateren af, doch welk aflopen met geen weeën verzeld, en zonder groote merklyke gewaarwording is. En hier over moeten zy zich even zo min bevreesd maken; want dit aflopen is met geen gevaar gepaard, wyl hier slegts dit vocht weg loopt, hetwelk zich tusschen de vliezen van het ei, of tusschen hetzelve en de binnenste oppervlakte der baarmoeder bevind, en het valsche water genoemd word. Even zo wel kan ook het plotslyk weglopen van eene menigte pis de waterbersting nabootzen en schrik veroorzaken. Doch beide gevallen kunnen ook zeer gemaklyk van elkander onderscheiden worden, wanneer men agt geeft op de gewoone gewaarwording by het wateren, en op de hoedanigheid van het afvloeijende vocht. De pis is gemeenlyk door-

zichtig, geel- of roodachtig. Maar het vocht, welk in het eitje bevat is, of het kindswater is dikachtig, minder doorzichtig, witachtig, flymig, en van eenen byzonderen reuk. — De nog niet geborste waterblaas helpt het best den mond der baarmoeder gelykvormig verwyderen, en het vocht in dezelve is, nevens nog andere oogmerken, voornaamlyk ook bestemd, om by deszelfs afvloeijing de deelen, waardoor het kind moet gaan, glibberig te maken, en dus de verlosfing te verligten. Het kan derhalven ongemeen nadelig voor de moeder worden, wanneer men deze blaas onbedachtlyk te vroeg fcheurt of doorfnyd. De gevallen, waarin de vliezen doorgefneden of gefcheurd moeten worden, behoren hier niet, ik fpreek tegenwoordig alleenlyk van het nadeel van het al te vroeg wegvloeijen dezes waters, waardoor de deelen droog moeten worden, hetwelk den doorgang der vrucht noodwendig moeilyk maakt. En daar by is elke verlosfing, alle hulp na lang weggevloeid water, na dat de baarmoeder zich over de deelen des kinds zamengetrokken heeft, altyd moeilyker voor de vroedvrouwen, en altyd gevaarlyker en fmertlyker voor moeder en kind. Gy ziet dus hier ook uit, hoe goed het is, wanneer gy uw leven en uwe gezondheid lief hebt, dat gy, by elke moeilyke verlosfing, waarby gy hulp nodig hebt, dezelve fpoedig zoekt; hetwelk des te noodzaaklyker is, wanneer geen vroedmeester in de nabyheid is; want hier moet voornaamlyk ook op de tydftip gelet worden, welke ten groote

ſten nadeele der in barensnood zynde vervliegt, eer *hy* zich op de behoorlyke plaats kan laten vinden.

Voor dat wy nu verder gaan, nog een paar woorden van de valſche, of ſluip, en gemengde weeën, en het gebrek aan waaren arbeid. De valſche weeën onderſcheiden zich van de waaren door dat zy niet gelyk dezen ontſtaan en eindigen; en nog veel minder met de opening of verwyding van den mond der baarmoeder gepaard gaan. Het zyn veel meer meestendeels krampachtige gewaarwordingen en pynen, die uit vuiligheden, verharden drek, winden enz. in de maag en darmen kunnen voordkomen. Zy worden gemeenlyk in de ſtreek van den navel gevoeld, en ſtrekken zich dwars over den buik uit. Zy zyn ook niet gepaard met drukking naar voren en naar beneden, gelyk de waare weeën, en werken in het geheel niet op de verwyding van den mond der baarmoeder, want dezelve word, noch gedurende, noch na dezelven, meer verwyd, maar veeleer dikwyls bevonden nog meer krampagtig zamen getrokken te zyn. Zy laten zich verder veeltyds gemaklyk verdryven door een krampſtillend of zagt ontlastend klysteer, uit kamillen, met een weinig lynolie, en door eenige kopjes kamillenthee, en andere zagte middelen, waarop de waare weeën gemeenlyk ſterker plegen te worden; en zwangeren kunnen er meest van verſchoond blyven, wanneer zy op het laatst der zwangerheid ſlegts meest ſpyzen, die ligt verteren, en niet te veel

eten, nog telkens eene zagte beweging nemen, en nu en dan, voornaamlyk wanneer zy met verftoptheid geplaagd worden, een weinig van een mengzel van twee loot Engelsch of Segnetisch zout met een vierendeelloot poeder van rhabarber nemen, en, by de aannadering van den tyd der verlosfing, eene weekmakende zagt ontlastende klysteer gebruiken; welke laatfte des te nodiger is, wyl harde vuiligheid in den endeldarm de verlosfing daarenboven vertraagt, en deze ontlasting anders zelfs wel gedurende dezelve zou kunnen plaats grypen, hetwelk voor den vroedmeester of de vroedvrouw altyd zeer lastig en onaangenaam moet zyn.

Dikwyls zyn de zogenoemde valfche of fluipweeën met de waare gepaard, hetwelk men uit de verfcheidenheid der pynen bemerkt, als ook door dat de mond der baarmoeder zich beurtlings opent en weer toetrekt. Zy laten zich ligtlyk door de bovengemelde middelen, als krampftillende klysteeren, en kamillenthee, verdryven, wanneer zy uit kramptrekkingen uit den buik en uit de boven aangehaalde oorzaaken ontftaan.

Van het gebrek aan waare weeën zal ik alleenlyk het gewigtigfte aanhalen, zynde het my onmogelyk, al de oorzaaken van hetzelve aanteroeren, wyl ik te wydlopig, en voor veelen myner lezeresfen te geleerd of te veel volgens de kunst zou moeten fchryven, en dus het my voorgeftelde doeleinde evenwel nog niet geheel bereiken. — Volbloedigheid, te groote aan-

doenlykheid en zwakheid des lichaams zyn de gemeenſte oorzaaken van het gebrek aan genoegzaame waare weeën. In het eerſte geval dienen aderlatingen, in het tweede krampſtillende, en in het derde verſterkende middelen. Doch men moet ongemeen oplettend zyn op het onderſcheid dezer gevallen, wyl in alle drie de behandeling zeer verſchillende is. Volbloedigheid ontdekt zich uit de reeds aangehaalde kentekens derzelve, uit de ſterkte en gezondheid der vrouwe, uit de ſterke en volle pols, uit de volheid der bloedvaten, gepaard met roodheid des aangezigts en hitte of warmte over het ganſche lichaam enz. Hier vermeerdert eene aderlating op den arm meestendeels de waare weeën genoegzaam, hetwelk te meer plaats vind, wanneer de vrouwe in den laatſten tyd der zwangerheid niet ader gelaten heeft. Te groote aandoenlykheid des lichaams, en het daaruit ontſtaand gebrek aan waare weeën, of, in plaats van dezelven, valſche en ſluipweeën, vind men dikwyls by zeer aandoenlyke en tot krampen geneigd zynde vrouwen. Men moet hier onderzoeken, of deze aandoenlykheid met volbloedigheid of zwakheid gepaard is. In het eerſte geval helpen insgelyks aderlatingen, en de zagte krampſtillende middelen en klysteeren, en in het tweede verſterkende middelen met krampſtillenden gepaard, waarvan ik boven reeds eenigen bygebragt heb (*). Maar by zwaklyke

(*) Ik beroep my hier op het geen ik reeds ten aanzien van het gebruik der artzenymiddelen gezegd heb, en herhaal myne mening, ten einde u meer van de zwarigheid eener welgepaste aanwending te overtuigen, dan de aanwending zelve te leren.

vrouwen, welker pols klein en zwak is, en de uiterſte leden koud in het aanraken zyn, by welken alle tekens van volbloedigheid ontbreken, zouden aderlatingen nadelig zyn en alleenlyk verſterkende middelen voegen. Echter moeten zy zig ook hier, en nog meer in de andere gevallen zorgvuldig wagten voor alle dryvende en verhittende middelen, alle geestryke dingen, tinctuuren en elixters, uit bevergeil, myrrhe, aloë, amber, ſaffraan, kruidnagelen, muskaatnooten, foely, kaneel, amberolie, met één woord voor alle ſpeceryën en gekruide ſterke wynen, geestryke gebrande wateren en liqueuren, te ſterke koffy, theriaak en hoe anders al die moordmiddelen heten. Ik zeg dit in het algemeen, want, ſchoon er eenige weinige gevallen kunnen zyn, waarin het eene of het andere dezer middelen in geringe menigte en met de uiterſte voorzigtigheid zou kunnen gebruikt worden, is nogthans, gelyk gy weet, de juiste beſtemming derzelven met zeer groote zwarigheden, en het verkeerd gebruik dezer artzenyën met veel gevaar voor u verzeld, zo dat gy indedaad beter doet, wanneer gy u geheel van dezelven onthoud. — Ik heb van de ſchadelykheid van het willekeurig gebruik der artzenyën in het algemeen, en der dryvende middelen in het byzonder wel meermaalen geſproken, maar ik kan het gezegde, voornaamlyk in opzigt tot de laatſten, niet ernſtig genoeg herhalen, wyl ten aanzien derzelven de meeste, grootſte en gevaarlykſte misſlagen ten tyde der verlosſing begaan worden. Indien elke zwange-

re flechts bedagt, dat het verkeerd gebruik en misbruik dezer middelen haar door hevige bloedvloeden eenen fchielyken dood kan veroorzaken, of haar ten minsten na de verlosfing in de gevaarlykfte en dodelykfte ziekten, als ontfteking der baarmoeder, heete koortfen enz. kan ftorten, zoude zy voorzeker aan deze waarfchouwing gehoor geven, en zig niet moetwillig ongezond en ongelukkig willen maken, hoe zeer haar dergelyke middelen door zorgvuldige raadgeefsters *mogten aangeprezen* worden. — Ik weet zeer wel, dat er enkelde uitzonderingen plaats hebben en dat dergelyke lieden altyd een dozyn zogenoemde ondervindingen, of, liever, gelukkige toevallen, kunnen te berde brengen, dat, door het gebruik van verhittende en dryvende middelen, de verlosfing zeer fpoedig voleind werd. Ja! ja! eene blinde hen vind zomwylen ook een graankorreltje. Maar, mogt men hier vragen, zyn dan alle gevallen elkander gelyk? en wie ftaat voor de gevolgen in? Is het dan genoeg enkel gekraamd te hebben, en heeft de moeder na de verlosfing geen verder voorzorg nodig? — Maar zo verre denken zulke goedhartige lieden niet. Het eenige verfterkend, en uit dien hoofde een weinig dryvend middel, hetwelk men met behoorlyke matigheid kan veroorloven, wanneer de waare weeën indedaad uit zwakheid agterblyven, of verdwynen, is een flok wyns, of een befchuit in goeden wyn gedoopt. Doch hier moeten alle bovengemelde tekens van volbloedigheid

ontbreken, er moet geen pyn omtrent de baarmoeder, geen bloedvloed, en geen ander bedenklyk toeval, maar zwakheid, verlies van kragten, kleine flaauwe pols, koude handen en voeten, en bleek aangezigt enz. plaats hebben, wanneer het dan ook meer nut dan nadeel zal doen (*z*).

Ten aanzien der voorbereiding tot de verlossing, en van de wyze, hoe men zig gedurende dezelve moet gedragen, heb ik het volgende aantemerken. — Iedere zwangere, die byzonder zeer hardlyvig is, en by welke de natuur in dit opzigt niet behoorlyk werkt, of welke gedurende de zwangerheid geen ontlastend middel gebruikt heeft, en deswegen slechts eenige ongemaklykheid bespeurt, kan op het laatst der zwangerheid voor de verlossing een zagt ontlastend middel uit manna en tamarinde nemen, en by het aankomen der weeën zig van eene weekmakende klysteer bedienen, indien de omstandigheden het vereischen. (voor het overige beroep ik my hier op het geen ik op eene andere plaats by gelegenheid dezer middelen gezegd heb.) Eene zwangere moet insgelyks op dezen tyd ten hoogsten zorgvuldig zyn omtrent eene behoorlyke wa-

(*z*) Buiten de wyn kan men in dit geval ook de Hoffmans droppels met zeer goed gevolg laten gebruiken; 15 of 20 droppels op wat suiker om het half uur gebruikt, heb ik in zulke omstandigheden zeer goede werkingen zien voorbrengen.

terlozing, en telkens, als zy er drang toe gevoelt, haar water maken (*).

De kleding van eene in barensnood zittende moet gemaklyk, ruim genoeg, en niet te warm, (naar dat het jaargety is) doch ook niet te dun zyn, zo dat zy verkouden zou kunnen worden.

Het vertrek, waarin eene vrouw zal verlosſen, moet, zo het mogelyk is, ruim en zuiver zyn, en geen menſchen bevatten, dan tot hulpbieding en handreiking nodig zyn. Te veel menſchen bederven de lugt, en maken het misſchien buitendien vreesagtig gemoed der in barensnood zynde vrouw, door veel ſpreken, beklagen en kermen, nog ongeruster, hetwelk inzonderheid plaats heeft by eene eenigzins moeilyke en traage verlosſing, waarin men dan ook zelfs den vroedmeester hinderlyk is, en hem in zyne verrigtingen ſtoort. De lugt van het vertrek, gelyk gezegd is, moet zuiver zyn, echter mag de barende vrouw zig nooit aan togt blootſtellen, en vooral niet op het kraambed of in den verlosſtoel. Als het winter is, moet er geen te groote warmte in het vertrek zyn, en het kraambed of de verlosſtoel mag nog veel minder te digt by het vuur ſtaan.

(*) Voor het overige moet ik in allen ernst doen opmerken, dat voornaamlyk eene zwangere altyd den wenk der natuur moet volgen, en nooit de persſing tot den ſtoelgang en nog veel minder die tot het waterlozen mag tegengaan, zonder de gevaarlykſte kwaalen, als ganschlyke opſtopping van het water, ſmertlyke en gevaarlyke ontſteking der blaâs, en plotslyken dood te vrezen te hebben.

Van de ligging of houding, die gy voor of gedurende de verlosfing moet nemen, zal ik flechts weinig zeggen, wyl zulks voornaamlyk van den vroedmeester of de vroedvrouw, naar zyn of haar eigen gemak, en naar gefteldheid der omftandigheden kan en moet bepaald worden. Alleenlyk moet ik hier aanmerken, dat een kraamftoel niet volftrekt tot de verlosfing nodig is, en dat gy in de dwarslegging, of, volgens de Engelfche wyze, op de regte of op de linkerzyde liggende, even zo wel en zo gelukkig kunt verlosfen; want, dat ook in dit ftuk het meeste op de gewoonte aankomt, zien wy uit het voorbeeld van andere volkeren. — In het begin van den tyd der verlosfing, voor dat het water naby het breken, of reeds gebroken is, kunt gy, indien geen toevallen uitzondering maken, naar uw gemak, gaan, ftaan, zitten of liggen; maar zodra het water op het breken ftaat, of ook wel reeds gebroken is, is het nodig, dat de barende vrouw eene gemaklyke, voordelige en beftendige ligging kiest.

Voor het overige volgt behoorlyk den vroedmeester of de vroedvrouw, en zet zelve, wanneer het ernst met de verlosfing word, de weeën zonder fchreeuwen en ongeduld behoorlyk door. Uwe verlosfing kan zeker niet geheel zonder fmerte zyn, doch ftel u dezelve ook niet al te gevaarlyk en te fmertlyk voor; want het gaat op verre na zo hard niet toe, als gy u wel verbeeld, en zyt verzekerd, dat het ganfche werk

door een verftandig ftandvastig gedrag veel verligt en verhaast kan worden!

Tot zo verre heb ik u dus geleid, myne waardfte lezeresfen! en nu vordert myn plan, dat ik voor ditmaal affcheid van u neem. — Mogt tog dit boekje goedkeuring by u vinden, en al het nut bewerken, dat ik er door wenschte te ftigten, dan zou myn doeleinde bereikt, en myn befluit bepaald zyn, om, in een volgend werkje, iets van de nodige gedraging der vrouwen na de verlosfing, en de behandeling der nieuwgeboren kinderen en zuigelingen te zeggen. Want de dagelykfche ondervinding leert, dat ook hierin in het algemeen nog groote vooroordeelen heerfchen, en uit gebrek aan betere kundigheid veele gewigtige misflagen begaan worden.



DRUKFEILEN.

Bladz. 34. aanmerking reg. 1. v. o. *ſtaat* nog niet, *lees* niet nog.

Bladz. 53. reg. 9. v. o. *ſtaat* gy u nooit, *lees* gy nooit.

Bladz. 102. reg. 5. v. o. *ſtaat* kunnen verklaren, *lees* zult kunnen verklaren.